PRAKTYCZNA PANI

Nr. 21

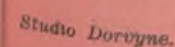
DOBRA OBYWATELKA

TYGODNIK ILUSTROWANY

30 GROSZY

rok II

23 MAJ 36



NUMER TEN ZAWIERA 24 STRON TEKSTU Z RYCINAMI I KOLOROWEMI MODELAMI SUKIEN ORAZ OSOBNY ARKUSZ Z TABLICĄ KROJÓW I WZORAMI ROBÓT

TREŚĆ:

Prenumerata miesięczna 1 złoty

WNIEBOWSTĄPIENIE

Uroczystość Wniebowstąpienia jest jakby triumfalnem zakończeniem misji Chrystusa na ziemi.

Przypada zawsze 40 dnia po Zmartwychwstaniu, zawsze w czwartek, w tym roku obchodzić je będziemy 21 maja. Poprzedzają to święto trzy dni, tak zwane krzyżowe, podczas których, odbywają się procesje do kościołów lub około pola do krzyżów, jak to ma miejsce po wsiach.

Początek tym procesjom, dał we Francji biskup Mamert w 470 r., który ustanowił je dla odwrócenia od kraju klęsk, jak morowe powietrze, gradobicie, pożary, nieurodzaje i t. p. Od IX wieku zwyczaj ten rozpowszechnił się w innych krajach katolickich. Kościół w te dnie używa szat fioletowych, nakazuje wstrzemięźliwość od mięsa i podczas procesji śpiewa litanję do Wszystkich Świętych. Na przypomnienie wiernym, że Jezus wstąpił do nieba i przestał być dla swoich widzialnym, podczas sumy, po ewangelji, gaszą paschał i usuwają go do ołtarza, jak również figurę Zmartwychwstałego Pana i krzyż w stule. Tradycja pierwszych wieków chrześcijaństwa poucza nas, że Chrystus wstąpił do nieba, w czwartek o 12 w południe. Urodził się Jezus o północy, w tajemniczym i cichym mroku zimowym, który pokrywał Jego uniżenie w przyjęciu ciała ludzkiego, 30 lat żył w domku Nazaretańskim, nieznany, ukryty, ale gdy nadszedł dzień triumfu, dzień zamiany bytu ziemskiego, na wieczność nieba, — Bóg Ojciec, wybrał Mu dzień, w pełni jasności i czaru wiosny, wybrał godzinę odejścia, kiedy żar słoneczny zalewa ziemię, jakby na świadectwo, że Ten, Który zwalczył wszelką ciemność, aż do czarnej otchłani śmierci, jest Światłem świata, Słońcem Sprawiedliwości i nigdy niewygasłą Miłością.

Na szczycie góry Oliwnej, pokazują dotychczas miejsce, skąd Pan Jezus wzniósł się do nieba, w obecności uczniów swoich i zebranego tłumu. Na tem miejscu Św. Helena zbudowała niegdyś kościół, a dziś wznosi się tam kapliczka, mająca 24 kroki obwodu. Po prawej stronie widać ślad stopy Chrystusa Pana, wyciśnięty w skale; jest ona obłożona marmurem, ale stopę widać dobrze. W XII wieku były jeszcze widoczne obydwie święte stopy, lecz później Turcy wyrżnęli ze skały jedną stopę i przenieśli ją do swego meczetu Aksa. Ślad, pozostały w kapliczce na górze Oliwnej, jest lewej stopy i wskazuje, że Oblicze Pana Jezusa, wstępującego do nieba, było zwrócone na północ.

Czem jest słońce majowe dla natury, w której wszystko wtedy rozwija się i rozkwita, — tem jest wiara Chrystusa dla duszy. On zmartwychwstając skruszył bramy piekielne, zerwał kajdany grzechu, ożywił ludzkość nadprzyrodzoną siłą i wtedy opuścił świat, wszedł do Chwały i zasiadł na prawicy Swego Ojca w niebie, aby i nam także miejsce tam przygotować, — wstąpił z naszą naturą ludzką, — aby ją podnieść wysoko aż do Bóstwa i dać jej udział w życiu i szczęściu wiecznem. — „Idę do Mego Ojca i do Waszego Ojca, — do Mego Boga i do Waszego Boga". — Temi słowy pożegnał zasmuconych, Jego odejściem uczniów, a gdy oni podnieśli oczy i wciąż patrzyli za Nim, chociaż obłok już Go skrył przed nimi, usłyszeli głos: „Mężowie Galilejscy, czemu stoicie, patrząc w niebo? ten Jezus, Który wzięty jest od was do nieba, tak przyjdzie, jakieście Go widzieli, — idącego do nieba". (Św. Jan XX, 31).

W oczekiwaniu tego Ducha Świętego, którego, odchodząc, przyrzekł nam Chrystus zesłać, — pracujmy nad udoskonaleniem własnem, nad rozbudową Ojczyzny, nad wypełnieniem posłannictwa naszego duchowego i dziejowego, — trwajmy wiernie przy Jego nauce, — przy Jego Kościele, przy Jego Sercu Eucharystycznem, Które nam zostawił na wieczną własność i wieczną pamiątkę, — jako zadatek spełnienia wszystkich Jego Boskich obietnic.

E. P.

PO MAJOWEM NABOŻEŃSTWIE

Już po majowem!... Osób niewiele...
Świątynia w mroku wieczornym tonie...
Dokoła święta cisza się ściele,
Gdzieniegdzie lampka złocista płonie...
W ołtarzu stoi Najświętsza Panna,
Zdala widnieją białe Jej szaty
Do stópek Twoich, Gwiazdo Zaranna,
Tulą się cudne majowe kwiaty.
Niosą Ci tutaj swój czar wiosenny,
Którym owiane ich płatki białe, —
Żyć im rozkazał ten maj promienny...
Kwitną, Mateńko, na Twoją chwałę.
Więc przebogate bzów białych kiście,
Pełne świeżości, przed Tobą stoją...
Może, podobne do serc, ich liście
chcą nam łaskawość uprosić Twoją...
Dzwonki konwalji z leśnych ustroni
Zbiegły się tutaj, — i wszystkie razem
Takie skromniutkie, choć pełne woni,
Twojej prostoty chcą być obrazem...
Ku wyciągniętym Marji dłoniom
Ciche narcyzy, rozkwitłe nocą,
Swe atłasowe płateczki klonią, —
Jak białe gwiazdy, cudnie migocą...
A tulipanów smukłe kielichy,
Zdają się szeptać modlitwy słowa,
I wielbią Ciebie w ten wieczór cichy,
Mówiąc pokornie: „Niebios Królowa!"

— — — — — — — — —

Helena Orłowska.



...Pamiętam ciche, jasne dnie...

Kto o przeszłość myśl uczepi,
dłużej pasmo szczęścia mota,
kocha czulej, tęskni lepiej, —
kto o przeszłość myśl uczepi.

Słońcem zalany ogród i białe ściany domu. Mdleją w upale róże i białe lilje, roztaczając jedyną w świecie woń — umierających w słońcu kwiatów.

I dwoje beztroskich dzieciaków, w wiecznej zabawie, która, zdawało się nam wówczas, że właśnie jest życiem i trwać będzie wiecznie.

I tyle naokoło dobrych, uśmiechniętych, kochanych i kochających twarzy.

Błogosławione bądźcie jasne dni mego dzieciństwa!

Dziś — tylu już ludzi i rzeczy niema. Po alejach ogrodu mego dzieciństwa kto inny chodzi i kto inny mieszka w białych ścianach domu, brzmiących jeszcze naszy śmiechem.

*

Pierwszym wierzchowcem moim był pies, duży kudłaty ceter. Potem—w miarę rozwoju moich zdolności hippicznych, zastąpił go osioł, poczciwy stary długouch, nieoceniony jako wierzchowiec, wytrwały i spokojny. Przysłowiowy upór zdradzał tylko w momentach, gdy przychodziła mu ochota do ryku. Wtedy zapadał w kontemplację, stojąc na szeroko rozstawionych nogach i wydając z siebie ryki tak przeraźliwe, że w promieniu kilometra wiedziała cała okolica, że to ja mianowicie, jestem na spacerze.

Żadna siła ludzka nie byłaby w stanie poruszyć go wtedy z miejsca, a ja — o ile zwłaszcza rzecz się działa na drodze publicznej, siedziałam czerwona ze wstydu, czekając, aż fala rozdzierającego ryku minie i mój staruszek z miną niewiniątka podąży dalej.

Starszy brat miał już wtedy prawdziwego konia i uciekał przede mną, wstydząc się i mnie i mojego osła. Włóczyliśmy się tak całemi dniami po polach, zjawiając się niebywale punktualnie w godzinach „jedzeniowych".

Było tak cicho i spokojnie. Było za dobrze!

*

Przyszedł rok 1914 i rozpętały się ludzkie namiętności nazwane wojną. Białe ściany wiejskiego domu ujrzały obce, wrogie twarze. Okolica nasza stanowiła właśnie teren frontu i coraz to inne mundury były naszymi gośćmi, a często zdarzało się, że śniadanie jedliśmy w towarzystwie różnych sztabskapitanów: Szmakow, Lwow i Panczenko, porę obiadową spędzało się w piwnicy przy akompanjamencie ryku armat i jazgotu karabinów maszynowych, a już przy kolacji towarzyszami naszemi byli różni „von", importowani wprost z Saksonji czy Bawarji.

Wrogami byli jedni i drudzy. Niszczyli i palili, za jedyny argument mając słowa: „das ist Krieg", a przecież rozjaśniały się na nasz widok pochmurne twarze i rozchylały w uśmiechu zaciśnięte usta.

A my plątaliśmy się po domu jak dawniej, beztroscy i nie mogliśmy zrozumieć, dlaczego obie babcie i matka płaczą, mówiąc o tem, że wśród jednych i drugich obcych ludzi, są polskie nazwiska i że brat walczy przeciw bratu.

*

Aż przychodzić zaczęły nowe wieści, które rozpalały oczy starszych, a w nas budziły jakieś dziwne uczucia, podobne do przyżywanych przy głośnem czytaniu Trylogji.

Polskie wojsko — legjony.

Wieści były coraz bliższe. Padać zaczęły nazwiska.

Rzuciliśmy w kąt Trylogję, piękniejszą od niej stawała się rzeczywistość.

Bawiliśmy się teraz w legjonistów. Brat — tyran mężczyzna, przywłaszczał sobie zwykle postać brygadjera (myślisz, że Piłsudski pozwoliłby, żeby go dziewczyna udawała?) — mnie przypadała zwykle rola ordynansa, lub też „udawanie" pułku piechoty rosyjskiej, którą brygadjer rozpraszał sam i to bardzo prędko, przy użyciu młotka od krokieta.

Na „udawaniu" polskich żołnierzy schodziły resztki dzieciństwa i pojawiło się przed nami słowo „Ojczyzna", zaklęta w kształt legjonowego orzełka.

*

Przeszła zawierucha, ucichły pioruny wojny. Zostałe drobne pamiątki, garść amatorskich fotografij, zostawionych w pośpiechu wymarszu. Jakaś jasnowłosa Greta, jakaś para dziecinnych główek, — szczątki zwykłej człowieczej miłości — ani obce, ani wrogie, — poprostu ludzkie.

Zostały rozsiane po polach mogiły i jedna, tak bardzo przez nas opłakiwana, choć miała nawet kamień polny za grobowiec i wyryty napis: „1915. Hans Wróblewski und Hans Müller. — Heldengrab".

Pamiątka minionych spraw i krzywd. Czy rozumiał to, Hans Wróblewski, za jaką sprawę ginie, choć walczył w niemieckim mundurze, a zabił go może właśnie jakiś Stefan Kazimierowicz Kozłowski?

A gdy w kilka lat później nowa, już w nowej Polsce rozpaliła się burza, — poszedłeś i ty — towarzyszu moich zabaw, coś wczoraj jeszcze zgłębiał tajniki zadań algebraicznych i klasówki pisał na temat „przyrody w Panu Tadeuszu", a w wolnych chwilach postaremu wraz ze mną zdobywał wąwóz Samosierry lub toczył bitwę pod Grunwaldem.

Nie udawaliśmy już wtedy nikogo — skończyło się nasze dzieciństwo.

Dziś — tacyśmy sobie już dalecy i tyle lat minęło od chwili, gdy bawiliśmy się beztrosko w cienistych alejach ogrodu.

Kiedyś, kiedyś, były „ciche, jasne, złote dnie — co mi się dzisiaj cudnym zdają snem".

Ewa Karska.

KACZENIEC

Na tej łące, ponad rzeką,
kędy bystre wody cieką, niby srebrny wieniec —
gdzie nie spojrzę, w którą stronę
zwrócę oczy zachwycone — złoci się ***kaczeniec.***
Kwiaty, łąki szmaragdowe,
czyste niebo lazurowe ze słonecznym żarem —
wszystko łączy się i splata
na ten swojski urok świata z kaczeńców obszarem.
Cisza... Kędy zwrócisz oczy...
Tylko bocian wolno kroczy, szukając łakoci.
Drzemie łąka w blaskach słońca...
Gdzie nie spojrzę — hen, bez końca — kaczeniec się złoci.

BEZ

Rozkwitające pąki bzów,
w słonecznych blaskach stoją.
Młodzieńczych marzeń, złotych snów,
urokiem duszę poją...
Odwieczna bajka wraca znów.
Rozkwitające pąki bzów sny roją...
Przecudne, słodkie roją sny,
tak znane, a wciąż nowe,
w których przeczucie szczęścia drży
i cuda śpią majowe...
Znów rozkwitają ciche bzy...
W powietrzu tchnienie wiosny drży tęczowe...

Alina Kwiecińska.

ON I JEGO KOBIETY

„DWA SPOTKANIA PANI B. Z PANEM M."

Wielki dom na ulicy Trębackiej roztwiera paszczę kolosalnej bramy, najeżonej zębami żelaznych, zardzewiałych okratowań. Na szarym murze wiszą afisze teatralne i za drucianą siatką bielą się, żółcą i niebieszczeją. Te czerwone są operowe, trochę większe od innych i dostojne z nazwiskami sławnej primadonny i znakomitego bas-barytona, którzy zjechali do Warszawy na gościnne występy.

Rena idzie do sekretarjatu po lożę, którą telefonicznie zamówiła. Mogłaby wprawdzie wejść od placu Teatralnego drogą dużo prostszą i krótszą, ale woli tędy przez to wielkie podwórze, na którem w ostatnie dni kończącego się sezonu można spotkać artystów.

Drobnoszybe okna rekwizytorni są zakurzone i stare. Olbrzymie, wielopiętrowe tyły kamienic mają poodpadany tynk i krwawią się płatami poczerniałej cegły. Zwalone na środku dekoracje stanowią ruinę kolorowych desek, zabrudzonych schodków, ściętych pni, koszy i pudeł. Wszystko to razem robi wrażenie czegoś, co już odeszło, minęło i skończyło się.

Renie dekoracje te przypominają starego męża, który jako śpiewak też już odszedł, minął i skończył się.

Zato tam na lewo, pod śmiesznym ganeczkiem, malowanym bronzową farbą i oszklonym, siedzą nowi śpiewacy, którzy oczekują rozpoczęcia próby. Są młodzi. Mają przyszłość przed sobą.

Czy ten wysoki, w jasnem ubraniu nie jest Maćkiem Mucharskim?

Nie ma co do tego stuprocentowej pewności, bo środkiem przejeżdża wielkie, ciężarowe auto straży pożarnej i odgradza Renę od ciekawego, „przypadkowego" spotkania.

Na szczęście maszyna hucząc i połyskując w słońcu kaskami odjeżdżających strażaków weksluje ku bramie.

— „Kogo ja widzę? Kogo ja widzę?" — dyrektor chóru podchodzi, aby powitać pięknie opaloną i szykowną panią.

— „Jakże się cieszę", wesołe oczy, szeroko roześmiane usta, żywe podanie ręki.

— „Pan Mucharski" — przedstawia dyrektor.

— „My się przecież znamy..." — woła pani Burkowa.

— „Tak jest", — mruczy niewyraźnie Maciek, szastając nogami po spękanym asfalcie podwórza.

Pamięta on rywalkę pani Heleny z czasów, kiedy to mieszkali razem w jednem mieszkaniu. Nieraz spotykał ją w przedpokoju, przy telefonie i na schodach. Wydawała mu się wtedy dużo brzydsza. Obecnie mogłaby mu się nawet podobać, gdyby nie to, że jest do niej uprzedzony.

— „Przychodzę po lożę na dzisiejszy pański występ. Będę pana oklaskiwała".

Ukłon. Milczenie. (Ten chłopak jest niechętny i odporny).

— „W sobotę urządzamy małe przyjęcie. Możeby panowie zechcieli nas odwiedzić?..."

— „Dziękujemy", — kłania się dyrektor.

— „Ja nie będę mógł być. Wyjeżdżam..."

— „Tak. Kolega wyjeżdża do Pragi. Wogóle jest rozrywany. Jego impresarjo ciągle tylko otrzymuje zaproszenia."

— „Bardzo żałuję..." — mruży oczy Rena, wyjmując papierośnicę.

— „Służę pani..." — panowie proponują swoje papierosy i zapalają usłużnie zapałki. Rozmowa z konieczności zaciąga się na dłużej.

— „A więc „Narodni Diwadlo"?...

— „Tak, a potem Rzym. Miesiąc w Rzymie. Medjolan. We wrześniu Warszawa. Październik w Szwecji."

— „Barwne życie, ale nie należy się temu dziwić. Kto ma tak piękny głos..."

Rena szuka na jasnej i szczerej twarzy zadowolenia z usłyszanego komplementu. Ale nie spostrzega go. Pochwała przeszła bez wrażenia. Oczy duże, niebieskie patrzą prosto w jej oczy wzrokiem nieczułym. Ani śladu próżności i zachwytu nad samym sobą.

— „Krytyki po koncercie miał pan pierwszorzędne!"

— „Tak. Bardzo dobre," — rozjaśnia się twarz wesołym uśmiechem. Tak wesołym i jasnym, jaki miewają tylko dzieci.

— „Cieszy się pan z tego?"

— „Bardzo. Tyle pracowałem..."

Ah tak... Więc radość z pracy, którą oceniono.

— „Bardzo miły", — już bezstronnie myśli Rena, puszczając ukarminowanemi ustami smugę skłębionego dymu.

Nic mu się w głowie nie przewróciło i nie robi wielkiego!

— „Dzisiejszego wieczora po przedstawieniu „Rigoletta" urządzamy w restauracji pożegnanie dla naszej młodej sławy", objaśnia dyrektor chóru — „możeby i państwo zechcieli się przyłączyć?"

— „Cudownie! O której? I gdzie?" — Rena rzuca na popękany asfalt niedopałek papierosa i przydusza go podeszwą plecionego pantofelka.

A więc zobaczy tego chłopca jeszcze raz.

Na podwórze wychodzi tenor, który wieczorem będzie śpiewał partję Manfreda.

* * *

Siedzą w loży modnego dancingu. Trzy kobiety i czterech mężczyzn. Jest tłoczno w kolistem obramowaniu aksamitnych kanap. Jest nudno w niesympatycznem towarzystwie. Jest sztywno, bo jeszcze... nie wypito.

Stary Burka źle się czuje.

Chciałby już być w łóżku i odpocząć. Utył i jest mu zaciasno w przeszłorocznym garniturze. Przytem nie bawią go już... kobiety. Ani te wymalowane na ścianach, groteskowe, nawpół nagie. Ani te w wiosennych toaletach, żywe, siedzące wokoło okrągłego, restauracyjnego stolika. Ani te tańczące na błyszczącej posadzce, jasno oświetlonego, dancingowego koliska.

Co się stało? Dlaczego przestał interesować się młodemi i nowemi kobietami, któremi zawsze interesował się tak nadmiernie? Przecież nie starość jest tego przyczyną? Oczy jego zachowały jeszcze intensywność szafirowej barwy, a rzęsy czystość klasyczną. Nie. Przyczyny szukać należy gdzieindziej. W zazdrości, która dokucza i pozbawia radości życia. Oto — primadonna patrzy na Mucharskiego, panna Sławska na Mucharskiego i... Rena na Mucharskiego!

Oczadziały z zachwytu dla tamtego! Dzisiejsze oklaski i owacje teatralne sprawiły, że wszystkie trzy zwarjowały dla tego chłopaka!

I co one w nim widzą?

Pan Burka patrzy na Maćka i krytykuje go.

Ani ten dzieciak flirtować nie umie! Ani wypić! Wychylił jeden kieliszek wódki. Dwa kieliszki wina. A teraz już przepuszcza kolejki i w konjaku tylko usta macza. Co to teraz jest za młodzież. Boże, zmiłuj się. Ciamajdy. Fajtłapy! On zato ma mocną głowę i umie wypić za dwóch. Pije więc. Musi przecież zalać robaka zazdrości.

Ta ładna Sławska, która siedzi z lewej jego strony — podobno powiedziała o nim, że jest, „starym dziadem". Powtarzała mu to Helenka, a Helence można ufać, że powtarzała prawdę.

Zato nie można ufać Reni. Reni, która „namówiła" go na to pożegnanie Maćka w restauracji, a teraz przytula się krągłem, opalonem ramieniem do czarnego rękawa tego... smarkacza!

Jej ciemne, strojnie sfalowane włosy przesuwają się w rozmowie tuż pod samą twarzą tamtego.

Pan Burka stara się na to nie patrzeć. Wie przecież z własnego doświadczenia, że dla ludzi cudza zazdrość bywa zupełnie zabawna. Więc maskuje niezadowolenie i rozmawia z Rożniatowskim o polityce.

— „Też znaleźli sobie temat do rozmowy o godzinie drugiej w nocy!" — śmieje się Sławska. — „Ja przecież chcę tańczyć!"

Narzeczony przerywa rozmowę i wstaje. Z trudem przeciskają się teraz oboje między stołem i pluszami siedzeń. Za nimi rusza tenor z primadonną i Maciek z Reną.

Już tańczą.

Pan Burka zostaje sam.

W uszach brzmią mu złośliwe epitety, jakiemi go częstuje autor anonimów: „stary osioł" i „kochany idjota..."

Podejrzenie wciska się coraz natarczywiej do podnieconego alkoholem mózgu. Fakty splatają się ze sobą i wiążą.



B. W. — monogram do haftu.

I dlaczegóż to, ta jego Reniusia, ten najsłodszy Laluś i Bimbas — opancerzony w stosunku do niego takiemi „zasadami" i taką „niezłomną wolą" zostania uczciwą dziewczyną — chodziła przed ślubem, (w tajemnicy przed nim) do kin i dancingów?

Wtedy w październiku wpadł do niej nieoczekiwanie i nie zastał jej. Pobiegła z porucznikiem niewiadomo gdzie!

Trudno. Pan Burka samotnie siedzący w loży, nie może już tak lekko, jak dawniej, patrzeć na życie. Jego ciężkie ciało wgniata się w miękkie poduszki kanapy, podczas kiedy podejrzliwy wzrok szuka sylwetki żony wtulonej w cudze ramiona. Kręci się tam ona gdzieś w tłumie. Zasłania ją Rożniatowski tańczący tak śmiesznie! Wykonuje on z precyzją zawiłe hieroglify taneczne. Ledwo się porusza z miejsca, drobi, cofa się, waha, nakrywając dłoń tancerki swoją dziwacznie wykrzywioną ręką.

Pan Burka jest na niego wściekły. I pocóż ten idjota tak plącze się, zasłaniając sobą Renę? Za nim tenor tańczy z primadonną. Nogi jego zginają się w kolanach, a ramiona podrzucają rytmicznie. Wygląda to fatalnie.

Gdzież jest Renia?

No... jest... nareszcie!

Tańczy przegięta i wpatrzona w tego smarkacza! Jej ręka sztywno wyciągnięta ku górze i spleciona z dłonią tamtego urąga wszelkim przepisom estetyki i krzyczy w niebiosa gestem prowokacyjnym!

Ten Mucharski nie jest pobudliwy i łatwy. Rena go musi atakować. Widać to z prowokacyjnego wyrazu jej twarzy. O czem oni mówią? Dlaczego on się śmieje? Co ona mu takiego mogła powiedzieć, że śmieje się aż tak wesoło?

W loży wysoko wzniesionej nad koliskiem lśniącej posadzki zapalają się niebieskawe światła neonów. Muzyka przestaje grać. Pana Burkę otacza wokoło gwar i śmiech.

Już nie jest sztywno i nudno.

Trzy kobiety i trzech mężczyzn rozbawiło się i roztańczyło. Tylko pan Burka milczy i nudzi się tak, jak kiedyś milczała i nudziła się jego dawna żona Helena.

Za wszelką jednak cenę maskuje swój zły humor. Rozmawia. Rzuca oklepane, stare dowcipy i śmieje się do ludzi nieszczerze i zdawkowo.

Primadonna szepcze do tenora. Słychać wyraźnie, choć cicho, wypowiedziane zdanie:

„Barytonowy głos zawsze prędzej zdziera się od soprana". — Czy mówili o nim? Pewno, że o nim, a nie o Maćku, który ma głos świeży, jak rozkwitły kwiat.

Tenor milczy. Nie zaprzecza.

I to się nazywa przyjaciel! Dobry kolega! Oddany człowiek!

(Dalszy ciąg nastąpi).

W DNIU MATKI

»...Jak liść wichrem miotany«

Czerwony płomień słońca gasł na szybach i zasypywał pokój szarymi popiołami zmroku.

U okna siedziała kobieta.

W gęstniejącym zmierzchu, nad białą plamą twarzy połyskiwały matowym blaskiem siwe włosy. Na ciemnej plamie sukni bieliły się ręce i opuszczona książka.

Ciemno czytać...

Za oknem deszcz i wichura. Pochylają się targane wiatrem czuby drzew, miotają rozpacznie gałęzie. Do pokoju przesiąka powoli żałosny nastrój deszczowego dnia, tęsknota, smutek i żal.

Szary zmrok otula powoli drzewa, szary zmrok nasiąka płaczące serce matki.

Ale to przecież nic wielkiego jeżeli matkę serce boli.

Ale to przecież nic wielkiego, że oto siedzi smutna i zadumana... Ale to przecież nic wielkiego, że nikt już do niej nie przyjdzie z dziecięcą pieszczotą...

Stargana serdeczna nić.

Jej dzici mają już dziś inny świat, innemi chodzą drogami. Inny, nowy świat, co rytmem szalonego tempa zagłuszył głos dawnych przeżyć.

A jednak, ten dawny świat był nieporównanie piękny, ten dawny, zapomniany świat, w którym królowała matka.

Tęsknota ogarnia duszę, ciężkie łzy opuszczonej starości spływają zwolna po twarzy.

Na cóż ten żal, na cóż te łzy niepotrzebne? Świat musi iść swoją drogą, od matek odchodzą dzieci...

Za oknem szumią miotane wiatrem gałęzie, po szybach dzwoni ulewa, płacze tęskniące serce matki za utraconą krasą życia.

— — — — — — — —

U okna stoi młody człowiek.

Wielkie miasto tętni szumem i gwarem, zapalają się tysiączne światła. Młody człowiek nie patrzy w miasto. Wsłuchany w jęk wichury, chłonie w serce zawodzenie jego i tęsknotę. Jęczą druty telegraficzne, po szybach spływają krople deszczu, głęboki żal otula duszę.

— — — — — — — —

Pod jasnym snopem światła elektrycznej lampy pochyla się młoda głowa nad białą ćwiartką papieru.

Bezszelestnie biegnie pióro. Drobne, czarne słowa płaczą tęsknotą i goryczą.

Mamo moja!

Jak liść wichrami miotany, osamotniony wśród burzy życia, tęskni do pnia macierzystego, tak ja do nóg Twych przypadam, duszę i serce otwieram...

Danka D.

Mój Budżet

I.

Ciąg dalszy mego budżetu.

Szanowne Panie, podaję dzisiaj spis wydatków i obiadów jednego tygodnia, na które nie wydałam całych 15-tu zł.

Wydatki:

Piątek:	
masło 3/4 kg	1.90 zł.
jajka (15 sztuk)	0.75 „
mleko 1 litr	0.18 „
chleb razowy 1¼ kg	0.40 „
5 bułek	0.20 „
cukier 1 kg	1.06 „
1 śledź	0.10 „
2 bombki czekol.	0.20 „
	4.79 zł.
Sobota i niedziela:	
mleko 2 litry	0.36 zł.
twaróg ¼ kg	0.25 „
śmietana	0.15 „
10 bułek	0.40 „
kaszka pszen.	0.22 „
krupczatka 1½ kg	0.66 „
1 cytryna	0.20 „
pęcz. szczypiorku	0.05 „
szczaw	0.10 „
cielęcina 1/4 kg	0.30 „
kości cielęce 1/8 kg	0.10 „
miód pszczelny 1/4 kg	0.75 „
1 banan, 2 pomarańcze	0.50 „
	4.04 zł.
Poniedziałek:	
mleko 1 litr	0.18 zł.
chleb z kminkiem	0.40 „
śmietana	0.15 „
1 biszkopt	0.05 „
mąka owsiana ½ kg	0.50 „
sałata	0.20 „
1 cytryna	0.18 „
kartofle 1 kg	0.10 „
pęcz. szczypiorku	0.05 „
2 kotlety wieprz.	0.40 „
1 pomarańcz	0.15 „
	2.36 zł.
Wtorek:	
mleko 1 litr	0.18 zł.
twaróg ¼ kg	0.25 „
rabarbar ½ kg	0.15 „
szynka gotowana	0.20 „
	0.78 zł.
Środa:	
mleko 1 litr	0.18 zł.
kasza gryczana 1/4 kg	0.15 „
szynka gotowana	0.20 „
słonina wędzona	0.15 „
1 banan	0.25 „
	0.93 zł.
Czwartek:	
mleko 1 litr	0.18 zł.
chleb razowy	0.40 „
szpinak	0.15 „
wołowina na rosół	0.35 „
włoszczyzna	0.05 „
kostka maggi	0.08 „
1 pomarańcz	0.15 „
	1.36 zł.
	15.00 zł.
Wszystko razem	14.26 „
	0.74 zł.

Pozostaje do puszki na zapasy zimowe 74 grosze.

Z tego, co w puszce ponad 25 zł, dokupuję szkieł do zapraw, jakiś garnek kamienny. Co rok kupuję kilka sztuk, mam tego dużo.

Spis obiadów:

Piątek: zacierka na mleku, jajka na miękko, chleb z masłem.

Sobota: zupa ze szczawiu, naleśniki.

Niedziela: rosół cielęcy z kaszką, pierogi leniwe polane masłem zrumienionem.

Poniedziałek: kartofle smażone, kotlety, sałata.

Wtorek: zupa z rabarbaru, pierogi z serem, masłem zrum. polane.

Środa: kasza gryczana ze słoniną, mleko zsiadłe.

Czwartek. rosół z makaronem, szpinak.

Jeżeli gotuję zupę na kościach, używam cielęcych, ze względu na dziecko. W zimie kupowałam dla dziecka tran, przez lato kupuję miód. Nie każdy tydzień równy; jest kasza, mąka — kupię jeden tydzień herbatę, inny kawę, to znów kakao. Więcej jak 14.50 nie wydam.

„Oszczędna"

II.

Mąż mój jest urzędnikiem prywatnym i zarabia miesięcznie 300 zł, z czego na rękę dostaje 265 zł. Jest nas dwoje, ponieważ pobraliśmy się niedawno i musieliśmy kupować meble, garnki, talerze, firanki etc. Mamy długu przeszło 800 zł w firmie, na co firma ściąga mężowi mies. z pensji 30 zł. Dług w kasie koleżeńskiej 180 zł.

Wydatki nasze przedstawiają się następująco:

Mieszkanie (pod Warszawą) 50 zł mies. Życie 120 zł. Światło i rata za radjo 16 zł. Opał 10 zł. Rata długu w firmie 30 zł. Rata długu w kasie koleż. 10 zł. Bilet mies. męża do Warsz. 11 zł. Pisma mies. 5—6 zł. Znaczki 2 zł. Pranie 5 zł. Pozostałe 5 zł. to wydatek na kino, reperacja butów i inne drobiazgi.

Służącej nie trzymamy i żyjemy dość przyzwoicie, jednak w Warsz. nie mogliśmy się z tej pensji w żaden sposób utrzymać, — musieliśmy wyjechać pod Warsz. Mamy mieszkanko ładne, 2 pokoiki z balkonem i kuchnią i z wygodami.

Jeśli spłacimy dług w firmie i kasie koleżeńskiej, musimy brać nową pożyczkę, by kupić ubrania, płaszcze, buciki, bo z pensji, ani marzyć o tem. Nadmienić muszę, że z 120 zł, które mam na życie na miesiąc, 10 zł odkładam.

„Lwowianka z Ostoi".

Obozy harcerskie

Od kilku lat rozpowszechniła się na szerszą skalę metoda wysyłania dzieci na lato na obozy harcerskie. Ma ona gorących swoich zwolenników, ale ma też i przeciwników. Są rodziny, które po kilkoro dzieci wysyłają odrazu w różne strony Polski, są inne, które podobne postępowanie nazywają brakiem dbałości o dobro i zdrowie dzieci. Najwięcej jest wszakże takich, które nie wiedzą, czego się trzymać i jaki z wyżej wymienionych kierunków jest słuszny.

Aby móc sobie wyrobić należyte zdanie, trzebaby się z obozami harcerskiemi bliżej zapoznać.

Wartość wychowawczą mają one ogromną i to jedna im zapamiętałych wielbicieli, przeznaczone są jednak dla dzieci zdrowych i tylko tym przynoszą maksymum korzyści.

Mieszka się pod namiotami, pija się wodę z różnych, nie zawsze w 100% pewnych źródeł, marznie się czasem w nocy na warcie, a przemaka wielokrotnie na deszczu. Jedzenie przygotowane własnoręcznie, niezawsze umiejętnie, na kuchni polowej, przy użyciu tylko najpotrzebniejszych naczyń, ma mniejsze wartości odżywcze, niż domowe. Wszystkie te jednak czynniki na dzieci zdrowe wpływają hartująco.

Z robionych np. nad sobą obserwacyj wiem, że jeśli w lecie spędzę jeden miesiąc na obozie, to potem przez całą zimę wolna jestem od katarów i przeziębień, mimo, że zdarzy mi się czasem przemarznąć lub przemoknąć.

Świetnie pozatem wpływa pobyt na obozie na przybytek wagi. Tu także biorę za przykład siebie. (Jestem bardzo szczupła i marzę zawsze o tem, żeby przytyć o jakie 5—6 kg). Jeśli na normalnem letnisku przy gwałtownem tuczeniu się, przybywa mi 1—1½ kg, to na obozie po miesiącu gwarantowane 2. Po powrocie zaś mam jeszcze 2—3 miesiące wilczy, obozowy apetyt i dzięki temu przybieram na wadze jeszcze przez jakiś czas.

W swojej praktyce (mam za sobą kilkanaście krótszych i dłuższych obozów) spotykałam się z wypadkami utycia o 8 kg w ciągu 6-ciu tygodni.

Chudną na obozach (to się jednak rzadko zdarza) dzieci otyłe. Najczęściej bywa, że po chwilowym spadku wagi, spowodu zużycia nadmiernych zapasów tłuszczu, następuje jej wzrost, równoważny z rozwojem mięśni.

Największą wartością, którą dziecko wynosi z obozu jest nie 3 czy 4 kg wagi, apetyt czy nawet zahartowanie. Jest nią próba własnych sił w gromadzie równych sobie chłopców. Potrzeba samodzielności, po której nawet w razie nieudania, można się cofnąć pod skrzydła rodzicielskiej opieki i po jakimś czasie, opierając się na zdobytem doświadczeniu, spróbować znowu. Obóz jest próbą zaradności, gdzie przeszkody są prawdziwe i nieraz trudne do usunięcia. Obóz uczy zdobywać sobie przyjaciół i oceniach ich wartość. Uczy kochać przyrodę i żyć z nią zgodnie, poznawać pośrednio wielkość i moc Boga.

Wyobraźmy sobie taką sytuację. Noc, ulewa, wichura. O płótna namiotowe uderzają strugi deszczu, kołki wewnętrzne chwieją się pod naporem i trzeba je trzymać, woda zaczyna mimo rowków odpływowych dostawać się dołem do środka.

Niebezpieczeństwo jest w gruncie rzeczy niewielkie, bo nawet w najgorszym razie porwania namiotów przez wichurę, skończy się na przemoknięciu i schronieniu pod dachem w pobliskiej wsi. Jaką jednak wartość ma taka sytuacja dla jedenastoletniego chłopca, czy dziewczynki, którym w domu pomagają się nawet ubierać, a którzy tu, po raz pierwszy w życiu może, muszą walczyć z przeciwnościami losu. Muszą siłą własnych ramion bronić dachu nad głową, własnym przemysłem i sprytem uprzedzać niedogodności i zapobiegać im.

Surowe prawo obozowe karze winnych nieporządku dodatkowemi pracami. Dziewczynka za jakieś „przestępstwo" naruszające regulamin, musi poza kolejką obrać kartofle, lub szorować kocioł. Lepiej się będzie po tem na przyszłość starała niż po nagrodzie lub złym stopniu.

Tak więc reasumując to wszystko, możemy powiedzieć, że na obozie dziecko uczy się radzić sobie w trudnych sytuacjach, uczy się porządku i dokładności, wyrabia w sobie samodzielność. Hartuje się i uodparnia nietylko na choroby, ale

przedewszystkiem na przeciwności życiowe. Tego nie jest w stanie dać mu dom, ani szkoła, to może zyskać dopiero na obozie.

Zaznaczam na wstępie, że obozy są dla dzieci zdrowych. Dodam teraz, że decyzję trzeba powierzyć lekarzowi. Lekka anemja żadnej przeszkody nie stanowi. Z drugiej zaś strony dzieci w przełomowym okresie dojrzewania, nawet najzdrowsze, na obozy jeździć nie powinny. Lepiej przeczekać rok. Od decyzji lekarza nie powinno już być apelacji.

Miałam wypadek, że na obóz wzięta została dziewczynka, co do której lekarz miał pewne zastrzeżenia. Mała tak rozpaczała, że przekonała rodziców, a ci, wziąwszy na siebie odpowiedzialność za ewentualne zachorowanie na obozie, uprosili drużynową o zabranie dziecka. Był to moment, kiedy dziecko gwałtownie rosło (wyrosła o 3 cm w ciągu miesiąca). Przy dosyć silnej anemji miało to ten skutek, że na żadne, nawet najkrótsze wycieczki i spacery chodzić nie mogła i przy lada okazji zasypiała nawet na siedząco.

Przy opiece całego obozu, polegającego na forsownem karmieniu jej przez oddzielanie największych porcyj, najpożywniejszych potraw, i pilnowaniu przed większym wysiłkiem, dziecko przeżyło miesiąc zdrowo. Drużynowa wszakże wyrzucała sobie niejednokrotnie wzięcie jej i nawet kilka razy była zdecydowana odesłać ją do domu.

Bać się zbytnio obozów nie trzeba. Kierownictwo powierza się zwykle osobom doświadczonym, które przy byle wypadku głowy nie stracą, a przy zachorowaniach potrafią zapewnić dziecku należytą opiekę. Tak więc złego nic się dziecku stać nie może, o tyle chyba, o ile jakiś nieprzewidziany wypadek czy choroba może je dosięgnąć nawet pod opieką matki, trudności zaś i pewne niewygody, które jednak zawsze potem z przyjemnością wspomina, będą miały dobre skutki.

H. Wojnarska.

ZBIERAJMY ZIOŁA

Leczenie ziołami zyskuje coraz większą popularność i wśród cierpiących i wśród leczących. Mamy setki kompozycyj, sprzedawanych niestety dość drogo, mamy odpowiednią literaturę, z której możemy czerpać cenne w tej mierze wskazówki.

Niektórzy pacjenci przeciwstawiają leczenie ziołami leczeniu preparatami chemicznemi, ale niezupełnie słusznie. Po pierwsze, wielu lekarzy stosuje stale w swojej praktyce mieszanki ziołowe, po drugie, znaczna ilość środków aptecznych to wyciągi ziołowe.

Tak popularna walerjana, opium, adonis vernalis, to są preparaty czysto roślinne, a takich mamy przecież setki.

Skuteczność niektórych ziół polega prawdopodobnie na tem, że oprócz właściwości już znanych i zbadanych ukrywają się w nich jeszcze pewne, mniej zbadane strony, wpływające na to, że w pewnych wypadkach i zestawieniach działają szczególnie dobrze.

Z nastaniem lata, byłoby dobrze, aby panie gospodynie porobiły zapasy nietylko z warzyw i owoców, ale także z ziółek.

Nie radzę zbierać wszystkich gatunków, wymaga to bowiem dobrej znajomości botaniki, i możemy popełnić dużo błędów i zamiast leków nazbierać trucizny. Zioła, których nie znamy, lepiej kupić w składnicy specjalnej.

Np. pomiędzy baldaszkowatemi, do których należą koper, marchew, pietruszka, mamy i jadowite trucizny. Nawet prześliczna konwalja jest wprawdzie doskonałym lekiem, ale również i trucizną, równie jak wspomniany wyżej adonis, to też stosować ich bez wskazania lekarskiego nie wolno.

Są jednakże zioła pewne, do rozpoznania łatwe, w stosowaniu bezpieczne, które warto zbierać.

Nie chcąc w jednym artykule przeładować pamięci czytelników nazwami, będziemy podawali kolejno te zioła, które w danym sezonie zbierać będzie trzeba.

Piołun — zbieramy młode liście przed zakwitnieniem na wiosnę, potem w lipcu, gdy zakwitnie, kwiaty wraz z kilku większemi listkami, suszyć przewracając, aby się nie zagrzały, w cienkich, o ile można, warstwach, chować w zamkniętych słoikach, aby nie wietrzał. Stosuje się go z dobrym skutkiem przy niektórych zaburzeniach kiszek. Z listków młodych dobra jest gorzka wódka, której jednak nadużywać nie należy, piołun zawiera bowiem mocno pobudzające olejki.

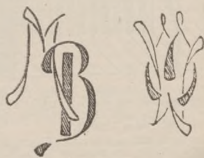
Nagietek — zbierać w ciągu całego lata w miarę kwitnienia. Płatki jasne, są mało warte, tylko ciemno ceglaste są naprawdę dobre. Suszyć małemi ilościami bardzo starannie. Napar stosuje się przy cierpieniach wątroby, przy zamałem, t. j. skąpem miesiączkowaniu, przy skąpem urynowaniu, a także na łagodzące nasiadówki.

Poziomka — bardzo cenna roślinka, z listków można przygotować oszczędną herbatę do picia w połączeniu z liśćmi malin. Oba gatunki należy zsypać na kupki i dać im się zagrzać, aby nabrały brunatnego koloru, jak się to czyni z liśćmi prawdziwej herbaty, poczem rozsypać szeroko i dobrze wysuszyć. Smak mają naturalnie odmienny od zwykłej herbaty ale zupełnie smaczny, a zdrowsze są od niej stanowczo. Można do tych herbatek dodawać listki borówek, trochę liści orzecha włoskiego, jeżyn, listków wiśni. Ususzyć oddzielnie a potem dobierać sobie proporcję dopóty, dopuki nie trafimy na smak, który będzie nam najmilszy.

Zarówno nagietek jak poziomka mają też zastosowanie w kosmetyce, o czem pomówimy osobno.

Napar na liściach poziomki stosuje się przy chorobach wątroby, suszone jagody przeciwko zwapnieniu żył w połączeniu z innemi ziołami.

M. Sz.



Monogramy do haftu.

Szyjemy same

W uzupełnieniu artykułu o guzikach, należy jeszcze dodać kilka słów o właściwem przyszywaniu. Jeżeli guzik zostaje umocowany do przedniego paska w nocnej męskiej koszuli, czy damskiej bluzki angielskiej i t. p., zazwyczaj materjał, do którego go przyszywamy, stanowi dostateczną podstawę pod guziki, o ile jednak przyszywamy je do pojedyńczego lub miękkiego materjału, o ile guziki narażone są na pociąganie i t. p. należy im dać od spodu podstawę, która daje opór i nie pozwala na wyrwanie materjału, Może to być kawałek filcu lub grubego płótna, kawałek mocnej skóry i t. p., ze względów jednak estetycznych najlepiej aby, jeżeli podszycie nie będzie ukryte, był to jakiś guzik. Guziki na spód wybieramy jednakowe, o dużych dziurkach a przyszywając guzy wierzchnie przesuwamy zawsze igłę przez jedną z dziurek dolnego, nie dociągając zbyt mocno, gdyż naprężona nitka łatwo pęka i utrudnia zapinanie.

O ile to jest możliwe, guziki i dziurki winny być starannie dopasowane. Zadużą dziurkę można zmniejszyć kilku ściegami mocnych nici od spodu, zaduży guzik będzie rozrywał dziurkę, która w krótkim czasie będzie wyglądała bardzo brzydko. Lepszy jest zatem guzik nieco mały niż zaduży.



Jako wykończenie fałd w kostjumach stosowano dawniej zawsze haftowany trójkącik, ,zwany przez jednych muszką, przez innych żabką i t. p. Obecnie widuje się go rzadko, ma jednak wielką zaletę, że wykonany mocnym jedwabiem, albo bawełną perlé, powstrzymuje miejsce złączenia fałd od rozerwania tak częstego przy chodzeniu.

Jeżeli nie stosujemy żabki, dobrze jest jednak wykonać w tym punkcie chociaż niewielki rygielek od spodu.

Rygielkiem nazywamy poprzeczne dzierganie w kątach dziurek, gdzie również mają za zadanie uchronienie dziurki od rozdarcia.

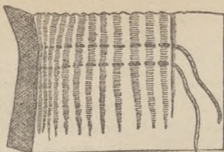
Marszczenie

Marszczenie jest sprawą równie ważną przy szyciu sukien, bielizny jak serwet i firanek, pomówimy więc o niem teraz.



Co to jest marszczenie, wiedzą zapewne nawet panowie, ale ma ono także swoje prawidła, które winny być zachowane, jeśli ma wypaść równo i ładnie.

Przedewszystkiem jeśli mamy do przemarszczenia dłuższy pas materjału, dla uniknięcia nierówności musimy go sobie podzielić na kilka zupełnie równych części. Podział



ten naznaczyć jakąś kolorową nitką czy agrafką i marszczyć następnie każdy kawałek osobno.

Marszczyć należy drobno, równo i zawsze lepiej dwa razy. Materjał układa się wówczas równiej i ładniej. Po przymarszczeniu każdego kawałka, nitki pozostawiamy niezakończone, robimy tylko na końcach supełki, aby nam z materjału nie uciekły.



Dla zrównania fałd ściągamy je ciasno, aby się zmarszczki dobrze zacisnęły, następnie trochę zwalniamy i przy każdym ściegu przeciągamy wśród rowka w materjale igłą dla uregulowania fałdek.

d. c. n.

A. S.

O nadmiernem poceniu

O poceniu i środkach zapobiegawczych pisaliśmy już w roku zeszłym, z nastaniem jednak upałów jesteśmy tak zasypywani pytaniami w tej kwestji, że trzeba się nią trochę zająć. Wielu Paniom korzystającym z naszych uwag pomogły one, nawet bardzo, innym nie pomagają tak skutecznie. Rzecz zupełnie zrozumiała. Kosmetolog nie zna przyczyny nadmiernej potliwości, a gdyby nawet znał, nie wolno mu przeprowadzać wewnętrznej kuracji, to już należy do lekarza, a i ten nie zawsze jest w możności pomóc.

Jest bardzo wiele spraw, które częściowo, od strony ściśle zewnętrznej, dotyczą kosmetyki. od strony wewnętrznej — medycyny, ale jest trzecia strona, która opiera się i medycynie i kosmetyce, jest to wrodzone usposobienie, wada czy zaleta, opierająca się wpływom tak lekarza jak kosmetyka. O ile nadmierne pocenie jest wynikiem anemji, złego funkcjonowania nerek, obstrukcji, (na to same panie mogą zwrócić uwagę) wielkiej nerwowości i t. p., kuracja może usunąć wadę, kosmetyka może działać tylko zewnętrznie, bo to jej jedynie dotyczy. O ile potliwość jest człowiekowi tak wrodzona, jak kształt nosa lub barwa oczu, ani lekarz ani kosmetyk nie usuną wady. Wtedy jedynie osobista staranność i uwaga mogą w znacznej mierze przykrą tę właściwość uczynić mniej dokuczliwą.

Medycyna ludowa zaleca przeciwko poceniu się wogóle, a w szczególności nocnemu, przy gruźlicy, picie ziółek szałwi. Jeżeli chcemy wpłynąć jednocześnie na oczyszczenie krwi, możemy ją pić z bratkami, biorąc na 100 gramów bratków 50 szałwi. Dwie łyżki ziela zaparzyć pół litrem ukropu, po 10 — 15 minutach odcedzić, rozdzielać na trzy porcje i wypić w ciągu dnia.

Zewnętrznie jaknajstaranniej zachowywać czystość, nie myć się jednak kilka razy na dzień całkowicie, tylko przemywać miejsca spocone, gdyż silne ruchy, przy ogólnem myciu też wywołują spocenie.

Po rannem myciu przetrzeć miejsca, które się pocą spirytusem salicylowym i zapudrować mieszaniną pudru ryżowego, talku kosmetycznego i korzenia fiołkowego w równych częściach.

Jeżeli Panie używają wody kolońskiej, można do niej dosypać nieco kwasu salicylowego, na butelkę 250 gramową licząc 1/4 grama kwasu i tem przecierać ręce, nogi, pachy i t. p. Należy pamiętać, że na ubraniu woda taka może pozostawić białawe plamki, z osadzającego się kwasu, używać jej więc tylko do nacierania ciała, nie jako perfumy.

Dobrze również robi przemywanie octem, który możemy sobie same przygotować, zagotowując litr lekkiego octu z 1 gramem kwasu salicylowego. Następnie trzeba koniecznie ocet dobrze uperfumować, gdyż zapach octu może być jeszcze przykrzejszy od zapachu potu. Perfumujemy nalewką benzoesową, dodając jej na litr octu łyżeczkę oraz olejkiem bergamotowym, który również jeszcze dodajemy w ilości 25 kropli i olejku różanego 15 kropli. Przy stosowaniu wszelkich wód z zapachami, trzeba się będzie z tem liczyć, aby ich zapach nie był przykry dla otoczenia.

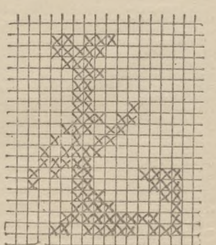
Używanie potników zupełnie sprawy nie polepsza ale przeciwnie. Możemy je dopuścić tylko wtedy, gdy chodzi o oszczędzenie cennego ubioru, dla samego pocenia są one jednak niekorzystne, gdyż tamują dostęp powietrza, wskutek czego pocenie się zwiększa, a pot prędzej fermentuje.

Przy poceniu nóg dobrze robi kąpiel z dodatkiem łyżki formaliny na miednicę, albo dodatek nadmanganianu potasu, który w silnych poceniach dajemy barwy zupy jagodowej niezabielanej.

Nadmanganian znakomicie usuwa wszelką złą woń i działa dezynfekcyjnie, ma tę wadę, że brunatnieje na skórze, więc do rąk i t. p. użyć go trudno.

Osoby, którym się pocą ręce, powinny mieć zawsze przy sobie flakonik wody kolońskiej, zaprawionej kwasem salicylowym, tembardziej, że właśnie pewna emocja przy powitaniu i obawa zapocenia, zwiększa jego wydzielanie. Z wiekiem potliwość sama ustępuje.

F. D-ski.



SZTUCZNE STAWY
JAKO DEKORACJA OGRODÓW

W ubiegłem stuleciu przy planowaniu parków koło siedzib wiejskich nie można było zapomnieć o stawie, który musiał mieć kształt ósemki, mniej lub więcej stylizowanej.

Zwykle takie sztuczne zbiorniki wody umieszczane były w najmniej odpowiedniem na zbieranie się wody miejscu, i po pewnym czasie wysychały, a miejsce po nich stało się tylko kotliną, porastającą jaskółczem zielem, czy pokrzywami.

Dla nowoczesnego zdobnictwa takie zbiorniki wody nie mają dziś żadnego znaczenia.

Nowoczesny planista dekorator musi mieć możność regulowania wody, w planowanych zbiornikach, przez cały rok, by móc spuścić wodę ze zbiornika na okres zimowy, oraz mieć możność zalewania nabrzeży w porze upalnej (czerwiec, lipiec), kiedy kwitną prześliczne irysy japońskie (Iris Kämpferi).

Zbiornik wodny nowoczesny, musi mieć twarde dno i dopływ. Odpływ okazuje się niekoniecznym, szczególniej w małych zbiornikach, gdzie nadmiar wody można wypompować pompą ręczną. Dopływ, wrazie braku naturalnych źródeł, może zapewnić głęboka studnia z pompą.

Dno zbiornika musi być wybetonowane lub uszczelnione w jakikolwiek inny sposób.

Betonowanie dna jest dobre, ale niepraktyczne, gdyż w czasie mrozów pęka i wymaga ciągłej naprawy.

W Niemczech, a także i na Zachodzie Polski rozpowszechnione jest uszczelnianie papą dachową. Uszczelnianie takie w ciągu 20 — 30 lat poprawek nie wymaga.

Uszczelniania takiego nie można podejmować się na własną rękę, lecz należy powierzyć je firmie, która te rzeczy przeprowadza i ma w tym kierunku doświadczenie.

Co do obsadzania dna stawów roślinami wodnemi, to można sadzić je na kopczykach usypanych w tych miejscach, gdzie przewidziano sadzić rośliny, albo można całe dno stawu pokryć warstwą ziemi i potem dopiero planować nasadzenia. Nakładanie ziemią całego dna stawu można praktykować jedynie przy niewielkich zbiornikach, natomiast przy większych, należy odgrodzić części stawu, nasypać na dno ziemi i na niej sadzić poszczególne partje roślin.

Spuszczanie wody ze stawów jest konieczne dla usunięcia chwastów oraz dla przesadzenia roślin. W zimie należy uważać, by woda nie zamarzła do dna, wówczas bowiem mogłyby powymarzać od korzenia niektóre byliny.

W celu zapobiegnięcia zamarzaniu wody, wyrąbuje się przeręble i zakłada je słomiastą mierzwą.

Obsadzanie wybrzeży polega na połączeniu motywów skalnych z roślinnością wodną i nadwodną.

W Brwinowie k/Warszawy są b. piękne stawy sztuczne, zaprojektowane i obsadzone według wymogów nowoczesnej sztuki zdobniczej, które mogą służyć jako wzór dla tych, którzy interesują się zbiornikami wody w ogrodach, i którzy chcą tę część zdobnictwa zastosować u siebie. Tam są uszczelnione dna papą. Wykonywała to jedna z firm poznańskich. Uszczelnienie papowe 1m² dna zbiornika wodnego wynosi ok. 7 — 8 zł., łącznie z kosztami utrzymania personelu fachowego, który roboty te wykonuje. Ten rodzaj uszczelnienia kalkuluje się stosunkowo niedrogo w stosunku do betonu i prawdopodobnie w najbliższym czasie znajdzie wielu zwolenników, szczególniej w sferach miernie wyposażonych materjalnie, a lubujących się w roślinach wodnych i tego rodzaju dekoracjach ogrodów.

W nowoczesnej sztuce dekoracji ogrodów, staw traktuje się jako mieszkanie dla roślin, a nie jako motyw pejzażowy. Twórca stawu sztucznego musi b. starannie przemyśleć projekt, rośliny tak zestawić, by tworzyły harmonijną barwną dekorację, następnie, by dać roślinom możliwie optymalne warunki, zbliżone do warunków ich bytowania w środowiskach naturalnych, oraz, by kwitnienie roślin tak zestawiać, by możliwie następowało po sobie od wczesnej wiosny, aż do późnej jesieni.

Postępując w ten sposób stworzymy obraz niezmiernie żywy, jaskrawo odbijający nieraz od tła monotonnego otoczenia. Podziała to nietylko na nasz zmysł estetyczny dodatnio, ale i na psychikę, która jest wrażliwa na różnorodność nietylko w sprawach czysto życiowych, ale chociażby na różnorodność w otoczeniu.

Zbiorniki wodne w ogrodach, czy to regularne, czy nieregularne, zależnie od typu posiadanego ogrodu, stanowią motyw dopełniający dla ogrodu, a także b. piękny sam w sobie w obramowaniu odpowiednich roślin, przeglądających się kokieteryjnie w ich zwierciadle.

Może środki techniczne lat najbliższych będą tak doskonałe, że każdy miłośnik będzie mógł sobie pozwolić na choćby najmniejszy stawek ozdobny w swoim ogródku; byłoby to naprawdę b. pożądane.

Irena Rozdębska - Michalska.

Sadzonkowanie Ligustrów i Róż

Ligustrum vulgare — ligustr pospolity rozmnaża się z sadzonek zielnych (czerwiec, lipiec, a także i z sadzonek drzewnych w zimie — grudzień, styczeń).

Na sadzonki zielne bierze się pędy jednoroczne, tnie się na kawałki tak długie, by miały 3—4 pary liści. Wierzchołek pędu zwykle się odrzuca, jako b. wiotki, a zatem szybko więdnący. Każdą sadzonkę ucina się od dołu ostrym nożem tak, by cięcie wypadło na 2—3 mm. pod dolnem oczkiem. Listki osadzone na sadzonce skraca się do połowy dla zmniejszenia parowania, listki osadzone najniżej usuwa się zupełnie, by nie przeszkadzały wetknięciu sadzonki do ziemi.

Sadzonki przygotowuje się w cieniu, by nie więdły i zaraz po przygotowaniu wysadza. Sadzonkuje się na inspekcie chłodnym dosyć gęsto w odl. 3 × 3 cm, lub trochę rzadziej. Przy tym sposobie wypada około 500 sztuk sadzonek na 1 m² powierzchni. Ziemię przed sadzonkowaniem należy b. równo ugrabić, by przy podlewaniu woda nieściekała w jedno miejsce.

Na ziemię daje się warstwę grubości 3 do 4 cm gruboziarnistego, dobrze przemytego piasku.

Piasek ugrabia się również b. równo i ubija deską specjalną do uklepywania. Przed sadzonkowaniem dobrze jest piasek zwilżyć wodą przez sitko konewki.

Sadzonki utyka się w piasku na głębokość 2 cm i mocno obciska, by przy zraszaniu nie poprzewracały się pod ciężarem strumienia wody. Po posadzonkowaniu należy często rośliny zraszać wodą przez sitko oraz cieniować w miarę potrzeby, by utrzymać je w stanie jędrnym, a nie dopuścić do zwiędnięcia. Po posadzonkowaniu sadzonki muszą być przykryte oknami, aż do ich „przyjęcia się". Potem można okien stopniowo uchylać, a kiedy rośliny zaczną rosnąć i rozwijać się normalnie, okna możemy zdjąć zupełnie.

Jeżeli sadzonek nie możemy z jakiegokolwiek powodu cieniować, wówczas możemy to zastąpić skrapianiem czyli zraszaniem, ale b. częstem, by utrzymać tkanki stale w stanie turgoru, czyli jędrności. Sadzonki ligustru można wysadzać z powodzeniem wprost na grunt, nie używając zupełnie inspektu. Grządkę przed sadzonkowaniem równiutko się ugrabia, sznuruje się linje, 5—6 na grządzie i sadzonkuje się mocno ziemię dokoło sadzonek obciskając. Dokoła grządek można dać listwy przybite do kołków wbitych w ziemię po rogach grządki i na te listwy kłaść maty lub okna w celu cieniowania sadzonek. Sadzonki robione w gruncie zakorzeniają się równie dobrze jak i w inspektach, tylko trochę wolniej.

Sadzonki drzewne są najlepsze z pędów jednorocznych, tylko niezbyt cienkich.

Na sadzonki drzewne tnie się pędy już w zimie (grudzień, styczeń) oraz dzieli się je na kawałki 25 cm. Cięcie dolne uskutecznia się b. ostrym nożem na 2—3 mm pod dolnem oczkiem.

Sadzonki wiąże się w pęczki po 50 sztuk, następnie dołuje się w wilgotnym piasku w piwnicy.

Pęczki tak się ustawia, by oczka osadzone na sadzonkach, czyli pączki, były odwrócone w dół. Zapobiega to przedwczesnemu wybijaniu oczek w pędy. Oczka wybite przedwcześnie, zwykle po wysadzeniu sadzonek do gruntu, giną i zasychają. Sadzonki powiązane w pęczki przykrywa się piaskiem zupełnie na grubość conajmniej 10 cm. Piasek często zwilżać, by sadzonki nie zaschły. W razie braku piwnicy, można dołować sadzonki pod ścianą jakiegoś budynku najlepiej od strony północnej, na głębokość 50 cm.

Sadzonkuje się szczególnie ligustr tak, by nad ziemię wystawały 2—3 oczka i nieco ukośnie; chodzi bowiem o to, by sadzonka była możliwie blisko pod powierzchnią ziemi, wtedy ma bowiem maximum powietrza do oddychania. Jeżeli sadzonki mają być na jesieni wyjęte i posadzone na inne miejsce, wówczas sadzonkuje się je dosyć gęsto, co 5 cm na linji o 20 cm odl. linji od linji. Jeżeli natomiast mają pozostać na grządkach 2 lata, wówczas odl. w linjach daje się podwójnie wielkie.

Sadzonki róż szlachetnych robi się z pędów zielnych w ten sam sposób, co i sa-

dzonki ligustru, z tą jednak różnicą, że róże tylko można sadzonkować pod oknami na inspekcie, a nigdy na gruncie.

Na sadzonki bierze się pędy dojrzałe, ale nie zanadto zdrewniałe, ani nie zanadto zielone, bowiem tak jedne jak i drugie b. słabo się zakorzeniają i wypadają w znacznym procencie.

Róże zakorzeniają się znacznie wolniej od ligustru, około 3—4 tygodni. Najłatwiej zakorzeniają się róże pnące i bukietowe. Najtrudniej herbatnie i Pernet'a.

Zasadniczo można sadzonkować wszystkie odmiany róż; tylko jedne z nich prędzej się zakorzeniają, inne wolniej, jedne „przyjmują się" w większym procencie, inne w mniejszym.

Róże otrzymane z sadzonkowania są mniej odporne na warunki atmosferyczne oraz na warunki glebowe.

Na glebach gorszych są więcej wrażliwe od róż okulizowanych na dzikach.

Jeżeli w oknie z sadzonkami pojawi się pleśń lub mącznik, które to pasorzyty b. często opadają na róże, wówczas wszystkie sadzonki należy wyjąć i spalić, a ziemię również wywieźć z inspektu i nawieźć nową i zacząć kultywować w niej zupełnie inne rośliny, wcale nie spokrewnione z różami.

Irena Rozdębska-Michalska.

HARTOWANIE NIEMOWLĄT I DZIECI

SPACERY i KĄPIELE POWIETRZNE

Jednym z najważniejszych czynników trwałego zdrowia dzieci, — jest wczesne uodpornienie młodocianego organizmu przeciw najczęstszym czynnikom uszkadzającym prawidłowe i sprawne działanie organizmu. Czynnikami zasadniczemi, hartującemi organizm, są: powietrze, słońce i woda, to też od szeregu lat nawołuje się ogół do wczesnego rozpoczynania uodporniania temi właśnie czynnikami dzieci wogóle—a zwłaszcza tych, które zmuszone są do przebywania w obrębie miast, gdyż nagół są one w dużym stopniu pozbawione zarówno słońca jak i czystego i świeżego powietrza.

Hartowanie niemowlęcia rozpoczyna się z chwilą, gdy zaczynamy przyzwyczajać je do przebywania w przestrzeniach nie zamkniętych, o pełnym dopływie świeżego powietrza, później zaś w czasie codziennych spacerów.

Zazwyczaj pierwszy spacer niemowlęcia zaleca się zależnie od pory roku, w której się urodziło — bądź w 2—3 miesiącu, bądź też nawet wcześniej, o ile dziecko urodzone jest w okresie późnej wiosny lub lata. Dotychczas ogólnie jeszcze utrzymuje się pogląd, że niemowlę trudno przyzwyczaja się do przebywania na świeżem powietrzu — tymczasem wcale tak nie jest. Naturalnie nie wolno bez uprzedniego stopniowego przyzwyczajenia niemowlęcia, odrazu narazić je na większe zmiany temperatury otoczenia, jeśli jednak przyzwyczajenie to przeprowadza się stopniowo, systematycznie, niemowlę nigdy szkody na zdrowiu nie poniesie.

Obecnie, w okresie gdy ciepłota powietrza wprost idealnie nadaje się do jaknajdłuższego przebywania niemowląt i dzieci na świeżem powietrzu, nie wolno pozbawiać ich tego zasadniczego czynnika, prawidłowego rozwoju. Niemowlę i dziecko powinno przebywać na powietrzu conajmniej 4 godziny dziennie i to w miarę możności w miejscach, gdzie nie jest narażone na wdechanie kurzu ulicznego, lecz w parkach, ogrodach i t. p.

Niemowlęcia ani dziecka nie należy zbyt ciepło ubierać — niemniej jednak pamiętać należy, że ubranie dostosowane być powinno nie do pory roku — a do ciepłoty powietrza, jakie w danym dniu panuje. Przegrzewanie niemowlęcia, które w dnie ciepłe ubiera się w kaftaniki, czepeczki wełniane i t. p., nadto przykrywanie w wózku zbyt ciepłą kołderką, wpływa narówni szkodliwie, jak zbytnie oziębianie. Nadmierne wydzielanie potu osłabia organizm, czyniąc go mniej odpornym na każde wniknięcie zarazków chorobotwórczych do organizmu.

Hartowanie powietrzem nie ogranicza się wyłącznie do spacerów, o wiele od nich skuteczniejsze są kąpiele powietrzne.

Kąpiel powietrzna polega na poddaniu bezpośredniemu działaniu powietrza całego ciała niemowlęcia lub dziecka, różni się od kąpieli słonecznych tem, że odbywać się powinno w miejscach, w których promienie słoneczne nie operują zbyt ostro, oraz że stosuje się ją również w ciągu dni chmurnych, a u dzieci już dość zahartowanych, nawet w czasie ciepłego, letniego deszczu.

Kąpiele powietrzne rozpoczynać należy tylko w okresie dłużej trwającego ciepła, początkowo w godzinach południowych, gdy powietrze jest najcieplejsze. Chcąc przyzwyczaić dziecko do zażywania kąpieli słonecznych, początkowo przebywać ono musi po kilka godzin dziennie na powietrzu w ubraniu normalnem, potem w miarę przyzwyczajenia ubieramy je lżej — wreszcie na okres 5 minut rozbieramy, pozostawiając conajwyżej w majteczkach kąpielowych i trepkach. Dzieci, które już dobrze chodzą, powinny w czasie kąpieli powietrznej być stale w ruchu — lecz nie forsownym, aby nie powodować zmęczenia i pocenia się. Najlepsze są najprostsze gry ruchowe, nie polegające na intensywnem bieganiu. Czas trwania kąpieli powietrznej stopniowo przedłuża się co dnia o kilka minut, dochodząc w ten sposób powoli do 30—40 minut. W miarę ocieplenia się powietrza, kąpiel powietrzną należy przeprowadzać w godzinach wcześniejszych, a mianowicie pomiędzy 9 o 11 rano. Niemowlęta śmiało poddawać można w dni ciepłe bezpośredniemu działaniu powietrza, zwłaszcza niemowlęta te, które ukończyły pierwsze półrocze życia. W tym celu w miejscu nieco ocienionem, zasłoniętem od wiatru, kładziemy — najlepiej w trawie — gruby koc lub materjał, okrywamy go prześcieradłem i układamy na niem zupełnie obnażone niemowlę, początkowo naturalnie na 2—3 minuty, po trzech dniach pozostawiamy je na 5 minut i w ten sposób co dwa, trzy dni dodając po kilka minut, dochodzimy do 20 minut dziennie. Kąpiel powietrzna może być doskonale przeprowadzona jako wstęp do kąpieli słonecznej, o ile naturalnie takową stosujemy już dziecku (opis kąpieli słonecznych podamy w artykule następnym).

U dzieci starszych, którym w ciągu jednego okresu letniego stosowano kąpiele powietrzne, można na zakończenie takiej kąpieli zastosować wycieranie całego ciała zimną, odstałą wodą (nigdy nie stosować wody wprost z kranu lub studni, woda musi mieć ciepłotę zbliżoną do ciepłoty powietrza!). Nacieranie zimną wodą wykonuje się w sposób następujący: rękawice z kosmatego materjału — lub kawałek kosmatego ręcznika zmoczyć w wodzie, dobrze wycisnąć, następnie wytrzeć nią dość mocno i szybko całe ciało dziecka — tak, aby skóra zaróżowiła się, poczem suchym ręcznikiem wytrzeć całą zwilżoną skórę i ubrać dziecko.

Wpływ hartujący, jaki wywierają na organizm kąpiele powietrzne, polega na zadziałaniu na skórę minimalnych różnic ciepłoty powietrza, jakie normalnie zachodzą nawet w dni zupełnie ciche, pod wpływem nieznacznych podmuchów wiatru. Te minimalne różnice ciepłoty, powodując to rozszerzenie, to znowu kurczenie się drobnych naczyń krwionośnych skóry, usprawniają działanie tego tak bardzo ważnego mechanizmu, mającego za zadanie regulowanie oddawania ciepła z organizmu do otoczenia. Człowiek, którego naczynia skórne sprawnie reagują na zmiany ciepłoty otoczenia, trudno podlega szkodliwemu działaniu gwałtownego oziębienia ciała.

(D. c. n.)

Dr J. E.

TECZKA DO LISTÓW

Na wykonanie teczki potrzebny jest kawałek płótna długi na 50, szeroki na 30 cm, dwie tekturki wysokie na 28, szerokie 21 cm i kawałek podszewki długi 45, szeroki 30 cm, który podzielimy na dwa równe kawałki. Po wyhaftowaniu wzoru, przyszywamy podszewkę do dwóch końców płótna, podwijamy i wkładając między materjały tekturę podszywamy w taki sposób, aby pozostał grzbiet pojedyńczy, szeroki na 1 i pół do 2 cm. Brzegi można zeszyć ściegami niewidocznemi albo obrzucić czy obdziergać grubym jedwabiem czy bawełną barwy zielonej. Wstążka do wiązania również zielona. Można całą teczkę wykonać z jednego kawałka materjału długości 90 cm, ale nie powinien być gruby, gdyż robota wyjdzie ciężko.



„WYCHOWANIE FIZYCZNE I REKORDY"

O potrzebie i pożyteczności uprawiania sportów i gimnastyki pisać właściwie nie warto. Wszyscy są dostatecznie przekonani i dalsze pogłębianie i rozpatrywanie łatwo mogłoby stać się... zanudzaniem. Ponieważ jednak żadne dzieło ludzkie nie jest bez wad, więc i sporty, wymyślone przez człowieka, mają na swem sumieniu niejeden błąd, który dobrze byłoby rozważyć, aby się przed nim na przyszłość ustrzec.

Każdy wysportowany, młody człowiek, nie mówiąc o tych, którzy sprawność swą fizyczną posunęli aż do zdobywania rekordów, wydaje się być synonimem zdrowia, siły, tężyzny fizycznej. Na tem tle dziwne się wydaje, że np. pan P., niejednokrotny zdobywca pierwszych i drugich miejsc w wyścigach rowerowych, został uznany za niezdolnego do służby wojskowej. Nie przeszkodziło mu to jednak w karjerze kolarskiej i byłby do dziś jeszcze pewnie zdobywał laury na tem polu, gdyby go po którymś wyścigu, nie podniesiono półżywego z szosy. Wypadek? Najechanie? Nie.

„Serce mu nawaliło"—stwierdzili koledzy.

Dziś p. P. ma lat niespełna trzydzieści, ale nerwy i serce zrujnowane, jak u sześćdziesięcioletniego starca. I pomyśleć jakim kosztem. Kosztem dwóch czy trzech pucharów, kilku żetonów i kilkakrotnego znalezienia się na barkach rozentuzjazmowanego tłumu. Czy 20 lat życia nie jest więcej warte? Bo zwycięstwa kosztowały go przynajmniej 20 lat życia (tak orzekli lekarze).

Wypadek ten nie jest odosobniony. Zdarzają się ich dziesiątki w poszczególnych działach sportu o mniejszem lub większem nasileniu.

Manja rekordów okazała się bardzo niezdrowa. Nieprędko jeszcze prawdopodobnie zerwiemy z dążeniem do nich. Coraz więcej jednak słyszy się w tej sprawie krytycznych uwag. Coraz więcej głosów nawołuje do popularyzacji wychowania fizycznego wśród najszerszych mas bez kładzenia nacisku na rekordy.

Istnieje przepis, wydany przez kuratorja szkolne, zabraniający młodzieży szkolnej należenia do klubów i stowarzyszeń sportowych. W pismach sportowych i codziennych można od czasu do czasu znaleźć artykuł zwalczający ten przepis. A przecież jest on tak rozumnie pomyślany. Nie chodzi w tym wypadku o to, że młode organizmy nie nadają się do forsownych ćwiczeń i treningów uprawianych w związkach, bo możnaby wtedy oznaczyć cenzus wieku. Chodzi o to, że władze szkolne uważają rekordy i towarzyszącą im atmosferę nerwowości za niewłaściwą i nieodpowiednią i jak długo mogą, tak długo trzymają młodzież zdala od niej. Zawody i rozgrywki międzyszkolne odbywają się pod ścisłą kontrolą lekarską i pedagogiczną, która uznając korzyść wysiłku dla kształtującego się organizmu nie dopuści do zrobienia sobie krzywdy przeforsowaniem, przemęczeniem.

Dociąganie sportowego ćwiczenia do celów rekordowych jest groźne dla szerszego zrzeszenia, dlatego bowiem, aby wyćwiczyć dwa — trzy talenty, ryzykujemy zdrowie słabszej młodzieży. Kto ma w sobie nieugaszoną iskrę sportową, ten jeszcze i później nieco, sam się wysunie na czoło, nie wolno jednak forsownie talentu takiego poszukiwać. O wiele ważniejsze jest, żeby jak największa ilość młodzieży miała możność uprawiania najprostszych gier ruchowych i gimnastyki.

A tego przepisu, o który tak bardzo chodzi wielu wybitnym sportowcom, brońmy, bo bez niego całe zastępy młodziutkich, gorliwych adeptów sportu może sobie poważnie nadwerężyć zdrowie, jeśli się dostanie w nieodpowiednie ręce.

Druga kwestja, którą chciałabym poruszyć, to sport wśród kobiet. Budowa kobieca jest tego rodzaju, że większych wysiłków, forsownych marszów, biegów, skoków nie znosi tak dobrze, jak męska. Nie znaczy to, żeby sporty i gimnastyka były dla kobiet niewskazane. Wprost przeciwnie, ale... do pewnych granic.

Stwierdzono, że wybitne sportsmenki mają budowę ciała zbliżoną do męskiej, a więc wąską miednicę, szczupłe biodra, szerokie ramiona. Nie zostało dowiedzione wprawdzie, czy budowa ta jest nabyta skutkiem ćwiczeń, czy też może jednostki, o takiej właśnie, a nie innej budowie, mają możność osiągania lepszych wyników. Pewne jest wszakże, że kobiety sportsmenki łatwo nadwerężają sobie serce i że porody u nich przechodzą bardzo ciężko.

Ideałem więc sylwetki kobiety w świetle wychowania fizycznego będzie nie sylwetka Konopackiej czy Walasiewiczówny, ale taka, jaką widzimy u zdrowych, silnych, młodych kobiet wiejskich.

Celem ćwiczeń i sportów uprawianych przez kobiety będzie nie dorównanie w rzutach dyskiem, biegach czy skokach, mężczyznom, bo tak nas Pan Bóg pokrzywdził, że im nigdy nie dorównamy, ale wyrobienie zręczności i zwinności, zahartowanie się i zdobycie fizycznej odporności, wzmocnienie organów wewnętrznych. Umiarkowany, nie zadługo trwający bieg, stosowany od czasu do czasu jest dla serca i płuc bardzo korzystny. Wiemy przecież, że organ ciała nieużywany karleje, wyradza się. Forsowanie jednak i przemęczanie jest drugą, tak samo szkodliwą ostatecznością.

Będziemy więc ćwiczyć i sportować się nie poto, żeby odbierać sławę Walasiewiczównie, ale poto, żeby nigdy nie popaść w chorobliwą otyłość, żeby nie mdleć z wyczerpania po przejściu kilku kilometrów i żeby być wstanie bez większych dla życia niebezpieczeństw urodzić dziecko.

H. W.

PROSZĘ O GŁOS

W sprawie „malunku"

Z przykrością biorę tym razem pióro do ręki, aby odpisać do miłej „Naszej skrzyneczki". Wiedziałam zgóry, że temat poruszony przeze mnie jest drażliwy i przykry, ale — stało się.

Zostałam jednak źle zrozumiana, a może zresztą sama źle i niewyraźnie wypowiedziałam się.

Panie wzięły bowiem za główną niejako podstawę tematu — moją „Urodę" i na tem tle osnuły większość swych odpowiedzi, wyrażając jednocześnie pod moim adresem dużo subtelnie wypolerowanych „ości"...

Ale ja nie miałam zamiaru nikogo dotknąć, ani urazić.

Poczuwam się więc do obowiązku sprostować to błędne o mnie mniemanie: otóż — „piękną" nie jestem. Niebrzydka — może?... Wszystko mam bowiem na twarzy normalne, a przedewszystkiem niczem nie zniszczone (nawet puszek na górnej wardze). Mam świeży wygląd pomimo przebytych chorób, łez i trosk i 33 lat. Lecz nie chełpię się tem, a jedynie przykładem na sobie i swej najbliższej przyjaciółce — potwierdzam poruszony przeze mnie temat.

Natomiast chodziło mi najbardziej o potępienie zupełne i kategoryczne malowania się młodzieży żeńskiej przynajmniej do 22 lat i przestrzegania przez najbliższych i przełożonych naturalnego ich wyglądu, począwszy od brwi, a kończąc na paznokciach, (o czysto i estetycznie utrzymanych nie mówię). Szminka bowiem i wszelkie ołówki, choćby najlepsze, wysysają z delikatnej, młodej skóry zdrowe barwy młodości, powodując przedwczesne zniszczenie, a w dalszych latach, jak narkotyk wymagając stałego używania.

Puder, którego zasadniczo nie potępiam, nie powinien również pokrywać twarzy naszych podlotków conajmniej do lat 18 do 19.

Panie starsze, tak np. po 45 latach, powinnyby również mieć odwagę nosić swój siwiejący włos i przywiędłą twarz otwarcie i z naturalną prostotą. Tego powinien wymagać ich własny honor. O to mi chodziło i o przejaskrawienia. Przyznaję chętnie, że sine, schorowane wargi, brak brwi lub zapłakane oczy trzeba czemś przykryć i takie malowanie się uznaję za potrzebne.

Lecz niestety bywają i spotykają się twarze umalowane i wyszminkowane zupełnie zdrowe i normalne i nieraz piękne poprostu, które najlepsze choćby poprawienie szpeci jedynie... Tego nie rozumiem i pytam — poco?

Między odpowiedziami, których logikę widzę i rozumiem — są zdania nie wykazujące w danym temacie żadnej konkretnej racji. Pani Ina z Warszawy pisze np. — „Usta malują prawie wszystkie i nikt w tem nic złego nie widzi". Czy nikt? I czy to potrafi przekonać? A jeżeli te „wszystkie" mają zdrowe, różowe usta, więc poco je malują?... A dalej pisze Pani wyżywająco, ale przynajmniej podając cel: „Zresztą — chcemy się podobać i chętnie podkreślamy swe zalety, kryjąc braki i wady", — potępiając kobiety niemalujące się pogardliwą nazwą „kurki domowej", od których uciekają mężowie.

Czy Pani nie wie jednak, że „kurki domowe" — są przecie jak razowy chleb, który nie powoduje nigdy przesytu, gdy tamta — ciastka — „wyfiołkowane i wymalowane" (słowa pani Wandy P. z Wołynia) prędko wzbudzają nieprzyjemny przesyt, po którem wraca potem taki mąż czemprędzej do swojej „kurki domowej", całując stopy... Choć często zapóźno.

Gdyby mniej kobiet drażniło mężczyzn chęcią podobania się, to mniejby było tragedyj rodzinnych i mniej — sierot po żywych.

Co zaś do biustonosza, to ja używam go jedynie dla wygody, a nie dla uwypuklenia swej figury.

Nie wszystkie również kobiety, które widzi się dobrze i gustownie ubrane, zastanawiają się perfidnie nad tem, czy im z tem do twarzy, czy ładnie. Ubierają się i czeszą włosy, bo tak trzeba, bo bez tego nie można, a twarzowość, linja i estetyczność przychodzą jakoś z łaski Bożej bez głębszego zastanowienia.

Perfum natomiast najczęściej używają ci, co lubią kwiaty, choć bywa, że w używaniu pachnideł u niektórych jednostek zachodzi potrzeba organiczna. Rzeczy więc tych nie łączę absolutnie z malowaniem się, chociaż nie przeczę, że u malujących się najczęściej wszystko to razem postępuje w parze.

Pani Almar pisze z całą powagą, że „kobiety dobre i pracowite" malują się poto,

by „utrzymać tak miły dla oka ton młodości". Droga Pani, nie umiem tylko dobrze wytłomaczyć się, ale mnie się zdaje, że rozumując, podobnie wyrażamy niejako pogardę dla szlachetnie i szczerze starzejącej się naszej matki np. i dla tych kobiet, które po 40-tce nie widzą już młodości, ale zbliżającą się jesień. Czyż są one przez to samo niechlujne, lub nieestetyczne, lub mniej je lubimy?... Ja poprostu uwielbiam takie kobiety i lgnę do nich całem sercem.

Natomiast jeżeli pracowniczki umysłowe i urzędniczki w biurach sztucznie podtrzymują ton młodości, to już zupełnie źle, gdyż pod tą chęcią i sztuczną troską o młodość można się dopatrzeć chęci podobania się szefowi, co wytwarza nieetyczną konkurencję wobec tych kobiet, szukających pracy, którym szminka przeszkadza tak, jak zaciasny bucik lub niewygodne ubranie. W dodatku, interesanci „wyfiokowanych i wymalowanych" urzędniczek nie znoszą. Pracę powinna cechować prostota, a celem ma być dobro publiczne.

Znam w pewnym wojewódzkim urzędzie kobietę-asesora, a koło niej grupę urzędniczek w różnym wieku, ale już nie najmłodszych, na których twarzach nikt od lat nie zauważył żadnych poprawek, a nikt ich nie krytykuje i nikogo swoją dawno minioną młodością nie rażą. Są lubiane i nawet przez interesantów cenione. Widzi więc Pani, że i w tym wypadku można obejść się bez sztucznego tonu młodości. Wystarczy schludny i szlachetny wygląd.

Pani „Tereska" twierdzi biblijnie, że kobieta jest tylko „współtowarzyszką mężczyzny"... W takim razie poco i naco dla nas te tak mozolnie wywalczane równouprawnienia i inne walki o samoistny byt kobiety? Poco dajemy wysokie wykształcenie naszym córkom, poco powołujemy kobiety do senatu i t. p. Czemu widzimy wśród nas wielkie poetki, powieściopisarki i słynne wynalazczynie?... Które w swoim pochodzie „naprzód" (Panie Eugenjuszu), najmniej myślą o sztucznej ozdobie swych twarzy.

A teraz inna kwestja: wydatek na „malunki" 30—40 zł rocznie conajmniej, czy nie krzywdzi tego męża przemęczonego „fizycznie i psychicznie", którego pensja za pracę, w dzisiejszych czasach bywa aż nazbyt skromna? Przecież za te pieniądze można ubrać na cały rok 9—10-letnie dziecko.

Przy końcu Szanowna Pani „Tereska" pieczętuje swój list porównaniem „aeroplanu z landarą" na dowód, że malowanie się cechuje kobiety kulturalne i postępowe. Nie. Porównanie to jest chybione zupełnie. Malowanie się bowiem jest stare jak świat, a najwięcej znane i używane niestety u dzikich i pierwotnych ludzi. Odwrotność właśnie może być tylko dziś nazwana postępem, (gdy tymczasem postęp ten i kultura wyrażają się jedynie w tym wypadku w sposobie malowania się). Odrzucając stopniowo w ciągu epok i wieków wiele cech naszych praszczurów, czemuż do tej pory nie możemy pozbyć się cechy malowania się, a odwrotnie jeszcze bardziej doń powracamy...

Czy Panie zresztą zauważyły, że t. zw. „modne niewiasty" robią wrażenie zupełnie podobnych do siebie jakby robione pod szablon? Przed kilku dniami dopiero mój mąż zwrócił na punkt ten moją uwagę zupełnie przypadkiem. Irytował się bowiem, że tygodnik „Kino" podaje „stale, aż do znudzenia, jedne i te same twarze, tylko w różnych strojach i pozach".

Roześmiałam się spoczątku, ale, gdy porównałam, zrozumiałam... Ogólny rzut oka daje to złudzenie b. silnie. To znaczy, że wygląd kobiety malującej się, staje się szablonowy, a tem samem monotonny i nudny. Zakreśleń brwi malowanych naliczyłam np. aż sześć! Proszę natomiast przepatrzeć brwi naturalne: niema identycznych nawet u bardzo podobnego rodzeństwa.

Natomiast przy 33 latach czuć się młodą, a być nią w przestrzeni przeżytego czasu — to wielka różnica! 33 lata wieku, to w życiu ludzkiem przeciętnie — połowa. I na to niema rady. Dlatego młodością lata te, podobnie jak Pani Sten. Or., nazwać nie mogę. Lecz przyznanie się do niemłodych lat, to jeszcze nie „rezygnacja, ani zgorzknienie". To jedynie rezygnacja z pogoni za tem co w życiu rodzinnem przeszkadza, z podobania się!

A teraz muszę rozprawić się z Panem Eugenjuszem. Pan, jak i Pani S. M. z Dębna piszą dużo o potrzebie pudru. Potrzeby tej broń Boże nie potępiam. Zastrzegam się jedynie, że puder w rozumnem zastosowaniu, gra rolę bardziej ochronną i higjeniczną, niż ozdobną, ani też kardynalnie nie zmienia naszego wyglądu. Młodzieży jedynie pudru nie zalecam. Niech kwitną naturalnym cudem swojej wiosny.

Jedną tylko robi Pan kardynalną pomyłkę, łącząc sprawę malowania się z natchnionem wołaniem wieszcza, aby „Z żywymi naprzód iść..."

Jestem harcerką — „żywa żyjąca" i wesoła, a z „żywymi naprzód idę" od wielu lat, od 9-go roku dzieciństwa, aż do dziś i pójdę dalej — do końca...

Lecz szminka, puder i podobanie się i wygląd nawet, żadnej w „pochodzie naprzód" roli nie grają.

„Uwiędłych laurów liść" powinien również ktoś chronić w narodzie i pielęgnować dla tych uwiędłych laurów cześć w pokoleniu.

Malująca się kobieta nie ma na to czasu, ani chęci.

Halina.

W ZWIERCIADLE MODY

NA PLAŻY

Kiedy już mocno dogrzeje słońce i temperatura staje się ponętna, każda z nas wyciąga „słoneczne" rekwizyty. Trzeba je przecież sprawdzić i przymierzyć. Często w ciągu roku figura się zmienia i nawet kostjum kąpielowy nie zawsze tak samo dobrze leży. A to nie jest sprawa bynajmniej obojętna.

Kostjum, który faluje na ciele, układa się w fałdy, ciągnie w ramionach albo jest zbyt obcisły, jest zarówno niewygodny, jak i nieestetyczny. I dlatego powinien być mierzony przy kupowaniu i odpowiednio dopasowany. Po kąpieli należy go spłókać, starannie wyżąć i równo powiesić, żeby się nie wyciągał. Bardzo wskazane jest kupowanie kostjumów w dobrym gatunku.

Od szeregu lat bezapelacyjnie pierwsze miejsce zajęły kostjumy wełniane. Chronią od chłodu, a jednocześnie zabezpieczają od upału. Układają się bardzo ładnie na figurze, a przytem nie rozciągają się nadmiernie.

Te zalety wpłynęły na ich rozpowszechnienie. Noszą je dzieci, panie i panowie. Bardzo modne są kostjumy ręcznie robione na drutach, ale muszą być bardzo dokładnie dopasowane do figury.

Od kilku lat powróciły do mody kostjumy kolorowe, które dobierać trzeba do swojej cery i całego kompletu plażowego. Kostjumy w kropki albo w szerokie pasy należą do najmodniejszych.

Do kompletu plażowego zalicza się oprócz kostjumu, piżama, płaszcz kąpielowy, czepek (jeżeli ktoś nie ma wiecznej ondulacji), a wreszcie worek na toaletowe drobiazgi, okulary i parasolka. Te dwa ostatnie przybory są niezbędne nad morzem, gdzie razi ostre promieniowanie, a pod wpływem słońca można łatwo ulec oparzeniu.

Płaszcze kąpielowe przeważnie kupuje się gotowe z grubego ręcznikowego materjału. Modne są niezbyt długie, albo też doskonale uszyte peleryny, które w obecnym sezonie wysuwają się na pierwszy plan. Taka peleryna lub płaszcz, oprócz osłaniania w drodze na plażę, służy do leżenia na piasku i jako parawan przy przebieraniu się.

jedwabnych lub płóciennych, a składające się ze staniczka i szerokich spodenek t. zw. shorts'ów. Nosić ten rodzaj stroju powinny tylko osoby bardzo młode, wysmukłe o pięknej linji nóg. Na wszelkich innych postaciach wyglądają zupełnie groteskowo.

Oprócz wszelkich powyższych strojów plażowych noszone są jeszcze suknie plażowe. I może się wydawać dziwnem, że właśnie ten, tak estetyczny i wygodny ubiór zjednuje sobie jednak względnie niewielkie ilości zwolenniczek. Suknie plażowe robi się zazwyczaj zapinane od góry do dołu, co ułatwia bardzo włożenie takiej sukni i zdjęcie jej na plaży. Czasem pod

Ogromnem powodzeniem cieszą się zawsze piżamy, chociaż niejednokrotnie przepowiadano im koniec. Spodnie szerokie, zaprasowane na kant uzupełnia się górą, która może być nawet bardzo fantazyjna. Bywa to bluzeczka, kaftaniczek, wreszcie zręcznie związany trójkąt chusteczki, przerzucany przez głowę. Bardzo ładnie w piżamach wyglądają małe dziewczynki.

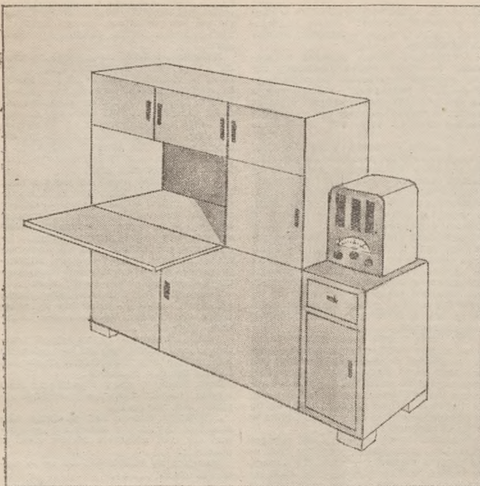
Dla tych osóbek, tak samo jak i dla chłopców, można szyć pajacyki króciutkie z wymarszczanemi spodenkami. Umocowuje się je często tylko na szelkach. Służą do brodzenia po wodzie albo do intensywnych zabaw w piasku.

Bardzo „dziewczyńsko" wyglądają kostjumy plażowe z materjałów wełnianych, taką suknią nosi się krótkie shortsy w kolorze odrębnym, które się zdejmuje dopiero idąc do kąpieli.

Wogóle moda plażowa daje pole do wielu bardzo ładnych pomysłów. Wielką jej atrakcją jest to, że jest tak bardzo kolorowa. Wszelkie kolory pastelowe i neutralne wyglądają brzydko na plaży nadmorskiej. Tam na tle piasku i zmieniającego się ciągle odcieniu morza uwypuklają się ślicznie i kontrastowo, kolory zielone, żółte we wszelkich odcieniach, czerwone, różowe i niektóre odcienie niebieskiego łącznie z granatem.

No i biały. Ten zawsze i wszędzie niezawodny twarzowy, modny, nigdy nie wychodzący z mody.

Marjeta.



BIURECZKA Z SZAFKAMI NA RADJO

Oba biureczka mogą służyć jako mebel samodzielny, bez względu na radjo.

Model pierwszy ma górne przegródki zamykane, z boku zaś szafeczkę przeznaczoną na sprzęt radjowy.

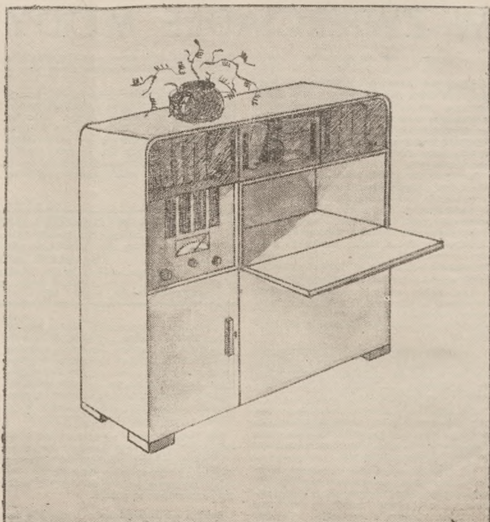
Model drugi ma u góry półeczki na książki i z boku miejsce na ustawienie radja. Rozmiar obydwóch jednakowy, prócz szafki bocznej, liczonej osobno.

Wysokość całego mebla	140 cm.
Wysokość do blatu	70 „
Przedziałki górne	20 „
Przedziałki środkowe	46 „
Blat 2 cm, szyna pod blatem	2 cm.
Szerokość całego biurka	110 „
Głębokość	37 „
Szerokość szafeczki	42 „
Blat wysuwany, szerokość	68 na 45 „

Blat oprócz zwykłych zawiasów ma pod spodem wysuwane z biurka szyny, na których się opiera, według zasady uwidocznionej w stole kuchennym z Nr. 13. Blat taki, gdyby wykonanie podobnych szyn dla prowincjonalnego stolarza przedstawiało trudności, można opuszczać na metalowych zawiaskach, przypominających taśmy, podtrzymujące wieka kufrów.

Gotowe takie zawiasy każdy stolarz nabędzie w odpowiednich składach. Blat zamyka się na klucz. Należy zamawiając mebel, uwzględnić, że nie każde radjo ma takie same wymiary i miejsce na nie ewentualnie specjalnie obliczyć. Można również wykonać blat przez całą szerokość biurka, tak, że radjo na dolnym modelu byłoby również zamykane.

B. D.



KRETY I DŹDŻOWNICE

Na prośby jednej z czytelniczek, której krety robiły w ogrodzie szkody, zamieściliśmy w nr. 18 artykulik, dotyczący sposobów tępienia kreta, napisany przez osobę, która studjowała ogrodnictwo i hodowlę specjalnie. Ponieważ jednak, krótki artykulik, w którym było wprawdzie zaznaczone, że, kret jest przyjacielem rolnika, wywołał nieporozumienie, jakoby autorka zawsze i wszędzie nawoływała do tępienia kretów, zamieszczamy poniższe głosy wyjaśniające dostatecznie, że istniejące, a przez p. I. R. podane sposoby tępienia, stosować można tylko w bardzo wyjątkowym wypadku.

— — — — — — —

W notatce p. t. „Krety i dżdżownice" w Nr. 18 „Prakt. Pani" podaje autorka sposoby tępienia podanych w tytule zwierząt. Odnośnie, do kreta zaznacza przytem, że należy go tępić, gdy specjalnie na jakichś grządkach robi szkody, dodając „pozatem jest przyjacielem ogrodnika". Nawet takie tępienie kreta budzi poważne zastrzeżenia. Zapewne, kopce sypane przez to zwierzę nie są bardzo estetyczne, lecz nietrudno je usunąć. Czasem istotnie kret może podkopać i zniszczyć korzonki jakichś cennych roślin, ale to wszystko nie jest jeszcze dostatecznym powodem, ażeby go tępić — najzupełniej wystarczy z danego kawałka ziemi wypłoszyć go odpowiedniemi środkami. Najpoważniejszy zarzut, jaki można postawić kretowi, a tego autorka wspomnianej notatki właśnie nie podkreśliła, jest, że zjada dużo pożytecznych dżdżownic. Ponieważ jednak zjada przytem też duże ilości owadów wybitnie szkodliwych dla roślin, nie należy go bezapelacyjnie potępiać. Bezwzględne tępienie można stosować do takich zwierząt, które naprzykład roznoszą choroby, jak komar widliszek (Anopheles), czy do szkodników roślin, występujących epidemicznie, nie wolno jednak stosować go do zwierząt przynoszących zarazem szkodę i pożytek. Polecany przez autorkę dwusiarczek węgla, wprawdzie obok kretów zabija też i pędraki a zapewne i turkucie podjadki (Gryllotalpa), ale wytrute krety niewątpliwie zjadłyby więcej tych szkodliwych owadów. Zaznaczyć wreszcie należy, że kret nie jest pozbawiony wzroku, lecz posiada małe oczy, któremi może się posługiwać.

Odnośnie do dżdżownicy niema we wspomnianym artykule mowy o jej działalności. Możnaby z tego wysnuć wniosek, że robaka tego należy zawsze tępić, że jest on szkodnikiem, sprawa ma się jednak wprost przeciwnie. Dżdżownica jest zwierzęciem bardzo pożytecznem, przyczyniającem się do rozpulchniania ziemi a szkód żadnych w ogrodzie nie wyrządza. Wobec tego poco ją wogóle usuwać?.

Andrzej Dunajewski
asystent P. Muzeum Zoologicznego.

P. Irena Michalska-Rozdębska w Nr. 18 „Praktycznej Pani" w artykule zatytułowanym „Krety i dżdżownice" zrobiła mi ogromną niespodziankę. Oczekiwałam po tytule przyjaznego nastawienia do tych pożytecznych stworzeń, z których jedno t. j. kreta nazwała nawet (słusznie) przyjacielem ogrodnika, a tu nagle same przepisy na tępienie, trucie i niszczenie ślicznego, pracowitego i, co w tym wypadku stanowi szczyt zalet, nadzwyczaj żarłocznego zwierzątka. Z przyjacielem naprawdę nie powinno się tak obchodzić, zwłaszcza gdy ten przyjaciel — „Insectivora" jest jego zawołanie rodzinne — ma tak małą siłę rozrodczą, że zaledwie 3 do 5 dzieci miewa rocznie.

Fabre pisze o krecie, (książka dla młodzieży, zatytułowana: Nasi sprzymierzeńcy), że ilość pożywienia, potrzebna mu do utrzymania życia, przewyższa na dobę trzykrotnie jego wagę, a drogi, które on przebiega pod ziemią, są tak skomplikowane i zawiłe, że człowiek wytropić i wytruć pędraków w takiej ilości nie mógłby nigdy. Prócz tego notowane są wypadki (Brehm), że zgłodniały kret pożera jadowitą żmiję. Tego dwusiarczek węgla ani francuska taupina nie dokaże, a akcja jest niewątpliwie pożyteczna.

Kraje, w których zabijano krety dla futerka, przypłaciły to klęską owadów niszczycielskich w polu i ogrodzie, podobnie jak tam, gdzie tępiono ptaki, by nie zjadały owoców, musiano je potem z honorami sprowadzać.

Zupełnie się zgadzam z tem, że kret w inspektach, lub na świeżo pięknie założonej grządce, gdy wzniesie ziemię, lub co gorzej kopczyk usypie, może swoich najgorętszych adoratorów zirytować, ale na to są sposoby: on dokucza to i jemu dokuczyć, lecz śmiercią grozić — nigdy.

A dokuczyć stworzeniu o delikatnym węchu tak łatwo; powszechnie przez wieśniaków stosowane zakopywanie śledziowych główek, szmatek z naftą, lub terpentyną na grządkach, czy trawnikach, lub dodanie koziego nawozu w miejscu przeznaczonem pod truskawki, wypłasza je w inne strony, gdzie dalej prowadzą swoją sprzymierzeńczą z nami pracę.

Dżdżownice nigdy nikomu żadnej nietylko szkody, ale nawet przykrości nie zrobiły, ziemię spulchniają z pożytkiem a tak delikatnie, że w doniczkach nawet można je tolerować.

Janina Prus.

NASZA SKRZYNKA

Szanowne Panie!

Zwracam się do Szanownych Pań z uprzejmą prośbą o jaką pracę dla osoby inteligentnej, młodej (około 30 lat), która spowodu warunków rodzinnych znalazła się w cieżkiej sytuacji, nie mając jakichkolwiek środków utrzymania. Mogłaby jednak chętnie zająć się prowadzeniem domu lub inną pracą.

Proszę więc Szanowne Czytelniczki o pomoc w tej sytuacji.

Łaskawe zgłoszenia proszę skierować: Poczta Zagórów, skrz. pocz. Nr. 19.

Szanowne Panie Czytelniczki!

Już od przeszło pół roku abonuję „Praktyczną Panią". Czytając zawsze bardzo pilnie całość, znajduję tam różne rady, zapytania, odpowiedzi, nietylko Pań, ale również Panów, którzy swe miłe „3 grosze" też wtrącają! Lecz mimo to, dotychczas nie ośmieliłam się napisać do Szanownych Pań z prośbą o radę, względnie nawet o pomoc w położeniu, jakiem się obecnie znajduję.

Otóż mam lat 21, ukończyłam 5 klas gimnaz., 1 rok szkoły handlowej, oraz kurs pisania na maszynie. Od dłuższego czasu poszukuję jakiejkolwiek posady biurowej, względnie w sklepie, lecz zawsze z jednakowym rezultatem — nie znajduję.

Ojciec nietylko nie pozwolił mi ukończyć żadnej z rozpoczętych szkół, lecz jeszcze stale mi dokucza, że siedzę w domu.

Szanowne Panie same rozumieją, jak strasznie na tem cierpi moja ambicja, jak to moje położenie nie daje mi spać po nocach.

Wobec tego, zwracam się z gorącą prośbą do Szanownych Pań, o jakąkolwiek posadę biurową, względnie sklepową, albo o polecenie.

Wiem napewno, że niejedna z czytających Pań, ma napewno jakieś przedsiębiorstwo, sklep i przy odrobinie dobrej woli i chęci dałoby się może coś zrobić. Może być nawet na prowincji, względnie gdzieś dalej; chętnie wszystko przyjmuję.

A więc czekam odpowiedzi, pokładając ostatnią prawie już nadzieję w Szanownych Czytelniczkach.

H. W.

Szanowna Pani!

Piszę po pięciu latach próżnego oczekiwania przejścia kryzysu, pięć bowiem lat upływa od chwili jak ukończyłam szkołę i siedzę w domu. Starałam się o pracę wszędzie, gdzie miałam możność, lecz niestety wszystko naprózno, w jednych miejscach mówiono, że kryzys, w drugich — redukcja — w trzecich — teraz niema mowy, żeby kobiety pracowały, przecież dla mężczyzn brak pracy, — a jeszcze w innych — pani ojciec jest pracownikiem kolejowym, więc dwoje z domu nie może pracować. — Jednem słowem nie mam nic.

W domu tymczasem wiecznie burza, bo ojciec po skończeniu służby, upija się i robi awantury, a wystarczy słówko pisnąć, żeby dostać krzesłem, lub czem popadło, łatwiej to znosić latem, ale gorzej zimą, bo już zdrowia brakuje stać na mrozie, bez kompletnego ubrania i najczęściej boso. Dla widza może to wyglądać komicznie, szczególnie na wsi, kiedy ojciec bije i rozpędza rodzinę, przechodzić to jednak w tem wiecznem napięciu nerwowem jest więcej niż być w piekle, bo ani Pan Bóg nie stworzył dla człowieka tak potwornej kary, jaką tworzą ludzie — ludziom.

Długo nosiłam się z zamiarem szukania pracy przez ogłoszenia, ale zawsze odrzucałam tę myśl, bo poprostu wstydziłam się, no i nie wierzyłam, żeby w ten sposób można było znaleźć coś uczciwego. Dziś jest to dla mnie ostatni ratunek, bo ojciec zapowiedział mi, żebym się wyniosła, w przeciwnym razie zastrzeli mię.

Jest nas w domu dzieci pięcioro i chora nerwowo matka, mieszkamy na wsi.

Jeśli się znajdzie jeszcze kto czuły na ludzkie bóle to proszę o radę, lub o jaką pracę — do sklepu albo do nauki dzieci — będę bardzo wdzięczną i szczęśliwą, bo będę mogła pomóc rodzinie. Nadmieniam, że skończyłam Szkołę Handlową w Radomiu z wynikiem dobrym, i uczyłam już dziewczynkę z piątej i szóstej kl. szk. powszechnej.

Oczekując łaskawej odpowiedzi pozostaję

Helena.

Telefon od Praktycznej Pani

Hallo! Hallo!

Kartofle, które na wiosnę stają się mniej ładne i smaczne, należy gotować w wodzie pół na pół z mlekiem, będą doskonałe. Nawet czwarta część mleka w stosunku do wody poprawia ich smak i wygląd.

Hello! Hallo!

Dziecinne, słomkowe kapelusze, które od noszenia lub czyszczenia zwiotczały, należy pociągnąć z wierzchu i spodu następującym płynem. W zimnej wodzie namoczyć listek żelatyny, odsączyć i przełożyć w pół szklanki ukropu,po rozpuszczeniu smarować pędzelkiem.

KONSERWY STERYLIZOWANE

O zapasach zimowych trzeba myśleć już na wiosnę. Przygotować śpiżarnię i piwnicę, wywietrzyć, wyrzucić zimowe odpadki, wytępić szkodniki, wybielić, jednem słowem przygotować salony dla nowych gości.

Pomyć słoiki, butelki, zaopatrzyć się w pergaminowy papier, korki, gumki do słoików przeznaczonych do sterylizowania i t. p.

Zapasy zimowe można podzielić niejako na trzy grupy. Zapasy konieczne, zapasy zbytkowne i zapasy handlowe. Nie jestem wcale zwolenniczką podejmowania nagłych projektów zarobkowych, które się mogą nie udać, a będą spewnością kosztowały, o ile jednak znajdziemy warunki korzystne, to znaczy tani materjał, opał, oraz łatwość zbytu, niejedna gospodyni mogłaby znaleźć uboczne źródło dochodu bodaj najskromniejszego, robiąc na sprzedaż konfitury i marmelady.

W okolicach bardzo grzybnych, obfitujących w jagody, borówki, gdzie to wszystko można otrzymać za grosze, byloby wcale nieźle suszyć, przerabiać surowiec na konserwy, powidła i t. p., a zimą spieniężać.

Trzeba pamiętać o jednem, aby zanim przystąpimy do pracy przeprowadzić dokładną kalkulację i postarać się o miejsce zbytu.

Zapasy zbytkowne są to te zapasy, które nam są potrzebne dla gości, dla ozdoby stołu, które robimy z owoców drogich, bo takie właśnie lubimy i t. d.

Zapasy konieczne, są te zapasy, które nam dadzą marmeladę do chleba, które robimy z owoców w tym roku najtańszych, jarzynkę niedrogą, ogólnie biorąc, które się opłacą, czyli zrobione w lecie za małe pieniądze wypełnią w jadłospisie lukę, którą trzebaby w zimie drożej opłacić.

Nie można żadnej gospodyni narzucić, co ma przygotować, bo to jest oczywiście zależne od wielu okoliczności, nietylko cen, ale także indywidualnego upodobania.

Najtańsze marmelady są takie, które są oparte na podstawie marchwi, buraków, owoców opadniętych, pomidorów, bzu czarnego, jagód i borówek. Tani jest zwykle rabarbar, zważywszy jednak, że zawiera wiele wody, niska cena bywa często złudna. Marmelady z dodatkiem marchwi i t. p. wymagają przyprawienia mocnemi zapachami, pozatem będą one gatunkowo oczywiście nieco niższe, mniej aromatyczne, dla zdrowia jednak równie odpowiednie jak czysto owocowe.

Bardzo praktyczne w domowym użytku są konserwy.

Czytelniczki nasze już pytają o przepisy, będziemy je teraz podawali stale, tak na konfitury, jak na marmelady i konserwy sterylizowane.

Konserwy owocowe nie wymagają koniecznie cukru, to też, jeżeli z jakiegokolwiek powodu nie możemy go mieć w dostatecznej ilości, można go zupełnie pominąć. Dodatek cukru ułatwia konserwowanie, oraz sprawia, że kompot po otwarciu słoika może iść prosto na stół bez przegotowania, nie cukrzony zaś, trzeba potem osłodzić.

Aparaty do sterylizowania i odpowiednie słoiki, są bardzo wygodne ale niekonieczne, największą ich zaletą jest termometr, zapomocą którego regulujemy ciepło.

Są przetwory nie wymagające temperatury takiej, jaka się wytwarza przy gotowaniu, wystarcza im 70 stopni Celsjusza przez czas pewien, aby je zabezpieczyć od psucia. Ma to znaczenie, jeśli chodzi o barwę owocu i kształt, które tracą w gotowaniu. Towar na sprzedaż przygotowany estetycznie da się też łatwiej spieniężyć, na zupy jednak, dla domowego, skromnego użytku, wszystkie owoce i warzywa możemy bez termometru poprostu gotować.

Tam, gdzie jest wskazana duża oszczędność, gdzie i słoik kupić nieraz trudno, dobrą usługę oddają butelki po winie, mocne, grube, które można nabyć za grosze. Można je dla zahartowania wygotować przedtem, jeszcze puste, przekładając słomą, papierem lub ścierką. Wybierać należy szyjki szerokie, w które łatwo wkładać, a zwłaszcza z których łatwo będzie owoce wydobyć.

Wsypany, przebrany, czysty owoc, nie powinien zajmować szyjki, woda zaś czysta, czy też ocukrzona, nie powinna sięgać wyżej, jak do połowy szyjki, a nawet nieco mniej. Zalane owoce korkujemy, korek zaś przymocowujemy do butelki drutem albo szpagatem.

Recepta kulinarna Firmy OETKER

Śledź i inne ryby w żelatynie.

Wypatroszyć i oczyścić świeże, niesolone śledzie. Zagotować dowolną ilość wody (zależnie od ilości śledzi) z kilkoma cebulkami i marchewką, pokrajaną w plasterki, 1 listkiem bobkowym i przyprawą korzenną, dodać ocet i trochę soli według smaku i zagotować (kwadrans) włożyć śledzie do płynu, przykryć szczelnie pokrywką i postawić z boku przy ogniu na 10 minut, następnie wyjąć śledzie, ułożyć cebulę i marchewkę w formie wianka na zmianę na dno głębokiej salaterki oraz śledzie grzbietem na dół. Przecedzić rosół przez sitko i ponownie zagrzać, następnie rozpuścić 12 — 15 płatków białej żelatyny na litr owego rosołu, ostudzić go nieco i oblać nim śledzie. Rosół winien mieć smak kwaskowaty (trochę octu, albo cytryny). Po stężeniu galarety, wywrócić wszystko na półmisek krótko przed podaniem na stół.

Uwaga: W ten sposób można marynować wszelkiego rodzaju rybki. Przy dużych rybach należy wyjąć wszystkie oście i ściągnąć skórę, pokrajać rybę na kawałki i marynować w ten sam sposób. Podać do stołu do smażonych kartofli lub do chleba z masłem.

Miejsce wolne między korkiem a płynem jest konieczne, aby rozszerzone ciepłem konserwy nie wysadziły korków lub nie rozsadziły butelek.

Gotowanie jednorazowe dla warzywa nie wystarcza, wymaga ono temperatury takiej, jakiej w domu nie możemy w kotle otrzymać. Owocom naogół jednorazowa sterylizacja wystarcza, mają one bowiem same w sobie sporo kwasu, który działa konserwująco, o ile dodajemy cukier, działanie konserwujące znacznie się powiększa. Gdzie jednak nie sprawia to trudności specjalnej, a na dobroci konserwy zależy, zalecam zawsze powtórne gotowanie. W pierwszem giną bakterje, ale pozostaje część zarodków. Odstawiamy konserwę po pierwszem gotowaniu na 2 dni i powtarzamy zabieg, który wpływa doskonale na trwałość produktu.

Niezmiernie ważne jest mocne zakorkowanie, jeżeli zamknięcie jest szczelne, konserwa trzyma się bardzo długo. Zazwyczaj po pierwszem gotowaniu nakrywamy jeszcze korek papierem pergaminowym lub pęcherzem, obwiązując starannie główkę butelki, jak słoik. Zabezpiecza to produkt na wypadek, gdyby były w korku szparki. Przy drugiem gotowaniu owinięcia nie usuwamy. Płyn w kotle powinien być na wysokości produktu w butelce lub słoju, odrobinę nawet wyżej, nie trzeba jednak wcale, aby całe butelki czy słoje były zatopione, chociaż szkodzić też nie będzie.

Jeżeli w słoju po sterylizacji widać ruch pęcherzyków powietrza, zamknięcie było nieszczelne i robota zmarnowana.

Zrobiłam w tym roku konserwę w słojach z pomidorów przepołowionych, która trzymała się tak świetnie, że pomidory podduszone lekko w maśle można było podawać jak świeże, jako garnitur do mięsa. Były śliczne i wyborne, ostatnie użyłam w kwietniu.

Streszczając wyżej powiedziane, widzimy, że, aby otrzymać przetwór jaknajlepszy, trzeba aby był dobry towar, szczelne zamknięcie, dwukrotne gotowanie. Czas gotowania będzie w każdym wypadku inny, podawać go też będziemy przy pojedyńczych przepisach.

PRZEPISY KULINARNE

Konserwa szparagowa na zupę.

Gdzie jest dużo szparagów i są tanie, albo wogóle nic nas nie kosztują, można poza przygotowaniem ich w całości, zaopatrzyć się na zimę w prostą, bezpretensjonalną konserwę na zupy, sosy, budynie i t. p.

Oczyszczone szparagi pokrajać drobno, tak, aby kawałki bez trudu przechodziły przez szyjkę butelki, sparzyć na sicie, powkładać w butelki, zalać przegotowaną wodą z solą i zatkać obwiązując korki drutem. Gotować jak wskazano w artykule o konserwach przez całą godzinę. Po ugotowaniu, gdy zlekka woda podstygnie, butelki wyjąć osłonić derką czy chustką aby od zmiany temperatury nie popękały. Gdy ochłodną, obwiązać szyjki papierem pergaminowym. Na czwarty dzień powtórzyć gotowanie.

Sałata kartoflana wiosenna.

Kartofle pokrajane w cienkie talarki przesypać suto siekanym szczypiorkiem, oraz utartą na tarce lub w maszynce rzodkwią lub rzodkiewką. Skropić octem, cytryną albo sokiem wyciśniętym z łodyg rabarbaru. Zamiast tych soków można dać świeżej śmietany.

Klops ze szpinaku.

Ugotowany w obfitej wodzie szpinak, (wystarczy raz zagotować) usiekać po odsadzeniu, wbić jedno jajko, wsypać na każdą szklankę szpinaku łyżeczkę tartej bułki, wymieszać, uformować zgrabny klopsik. Utarte gotowane kartofle zmieszać z jajkiem, klopsik ze szpinaku okryć warstwą kartofli, obtoczyć cały ten kawałek w bułeczce, obłożyć plasterkami słoniny i upiec w piecyku. Na spód położyć trochę słoniny, żeby się nie przypalił, wystarczy piec pół godziny.

Purée kartoflane ze szparagami.

Ugotowane szparagi osączyć z wody, a nawet zlekka odcisnąć, przetrzeć przez sito. Do masy szparagowej dodać tyle ugotowanych przetartych kartofli, aby masa stanowiła niezbyt suche purée, podawać do mięsa, albo jako osobne danie. Jako danie osobne robimy z tego purée wałek naokoło półmiska i posypujemy siekanemi, twardemi jajami, w środek nalewamy sos.

Sos do purée z kartofli.

Smak od gotowania szparagów, o ile nie jest gorzki zaprawić masłem z mąką jak się zaprawia wszelkie sosy, włożyć czubki ze szparagów, zagotować, wlać w rant kartoflano-szparagowy. Podawać bardzo gorące.

Szalik do sukien i kostjumów patrz str. 21

Z cieniutkich nici lub jedwabiu robimy pas długości 45 cm. Na podstawie łańcuszka robimy tam i spowrotem 40 słupków. Kiedy pasek osiągnie całkowitą długość rozpoczynamy poszerzanie na końce. Co każde pięć słupków robimy oczko w powietrzu, w następnym rzędzie tak samo, w 3 i 4 po dwa oczka w pow. w 5—6 po trzy i tak przybierając co dwa rzędy dochodzimy do tego, że w 26-tym rzędzie mamy 13 oczek w pow.

Na ostatnich oczkach, łączymy łańcuszek rzędu 25 i 26, pikotkiem.

Końce robimy każdy z osobna. Na pięciu słupkach stanowiących paski na końcach krawatu robimy 2 słupki, jedno oczko w pr. 2 słupki. W następnym rzędzie dzielimy słupki po 2 — dwoma oczkami w pr., w trzecim rzędzie trzema oczkami w 4 — czterema w 5 i pięcioma i te pięć oczek obrabiamy dla sztywności półsłupkami i pikotką pośrodku.

Przy grubszej bawełnie robimy pasek z mniejszej ilości słupków, ale zawsze z liczby dzielącej się przez pięć. Ile razy będzie po pięć słupków, na tyle pasków rozdzielać się będą końce krawata.

Zabieramy aparat radjowy na letnisko

W licznych krajach Europy Zachodniej rozpowszechnia się coraz bardziej zwyczaj zabierania odbiornika radjowego na letnisko. Człowiek miasta, wyjeżdżający na wieś, nie może obejść się bez pewnych kontaktów z przejawami kultury miejskiej. Znamy wypadki, że ludzie ślubujący w dniu wyjazdu na urlop zupełne wstrzymanie się od czytania gazet, książek, od słuchania radja i t. p. — po kilku dniach pobytu korzystają z każdej okazji, by właśnie wziąć do ręki pismo codzienne lub książkę, lub aby pójść na przygodnie zorganizowane przedstawienie teatralne.

Ścisły związek wypoczynku fizycznego i umysłowego z dobrym nastrojem psychicznym oddawna już w medycynie społecznej jest bezsporną prawdą. Człowiek znudzony nie wypoczywa. Jad nudy wsącza się we wszystkie komórki organizmu i powoduje w nich spustoszenie nie mniejsze od chemicznej trucizny. Zupełnie więc nie jest obojętne urządzenie sobie wypoczynku letniego w ten sposób, aby uniezależnić się możliwie najlepiej od zmiennej u nas pogody, od towarzystwa, które nie wszędzie może się „udać", od ciągłego bridge'a i t. p. letniskowych przyjemności.

Wrogiem letniskowej nudy jest radjo, które zabrać ze sobą należy, gdy wybieramy się do letnisk, czy pensjonatów mniej komfortowo urządzonych. Dawniej przeniesienie odbiornika radjowego na letnisko połączone było z pewnemi kłopotami, dziś radjosłuchacze są pod tym względem wybitnie uprzywilejowani. Rodzina, zabierająca swój odbiornik na okres letni, nie potrzebuje ponownie go rejestrować, nie potrzebuje wnosić dodatkowo żadnych opłat manipulacyjnych, a wystarczy tylko, by wraz z odbiornikiem zabrano upoważnienie na korzystanie ze stacyj odbiorczych i aby opłaty za abonament wpłacano w tym urzędzie pocztowym, który upoważnienie wydał.

Oczywiście radjo jest już dzisiaj nieodłącznym towarzyszem wszystkich wycieczek week-endowych, kajakowych, rowerowych, a nawet pieszych. Istnieją odbiorniki turystyczne, które mało ważą, a pozwalają na dobry odbiór audycyj nietylko stacyj krajowych, ale i zagranicznych. Odbiornik taki schowany w futerale lub też w płaskiej, mało zajmującej miejsca walizce, umila przyjemną muzyką monotonję podróży po okolicach mniej zajmujących z turystycznego punktu widzenia. A pozatem względ najważniejszy: — pozwala turyście oddalonemu od osiedli ludzkich pozostawać bez przerwy w kontakcie ze światem.

Odpowiedzi od Redakcji

P. Doktorowej X.

Za list serdecznie dziękuję, nie odpisałam w swoim czasie, bo list był pisany raczej bezosobowo i ściśle biorąc wymagał raczej załatwienia, cośmy w miarę możności uczynili — niż odpowiedzi. Pamiętam go doskonale, był tak miły, że czułam się nawet nieco skrępowana odpowiadać, ale zachowałam go w sercu i czem mogłam, chciałam usłużyć, zmieniając natychmiast rysowniczkę, następna się też niezbyt udała, ale obecnie sądzę, że na skromne potrzeby jest zupełnie niezłe.

„Elaborat" pójdzie, prawdopodobnie w 22-im, o ile okaże się zbyt obszerny w druku mozaika szkolna pójdzie w następnym. Dobrze, że Sz. Pani poruszyła tę sprawę.

O brak rysunku do wzmiankowanego kapelusza zrobiłam uwagę, ale już po czasie, można teraz tylko wykroić fason z papieru i w ten sposób go przymierzyć.

Co się tyczy wykrojów, wprowadziłam teraz w tym względzie ulepszenie. Naogół wszelkie wykroje, bez podanego wieku czy rozmiaru, robimy na miarę średnią, czyli numer II, tak aby łatwiej było zmniejszyć je albo poszerzyć.

Spisu rzeczy nie zrobiliśmy z uwagi, że rok 35 był pierwszym rokiem, ilość numerów niepełna, pierwsze były dwutygodnikiem i t. p. Mam nadzieję, że stale będziemy mogli pismo ulepszać i zjednywać mu przyjaciół.

Gorliwej Czytelniczce z Łodzi.

Najlepszym sposobem jest nacieranie klawiszów pożółkłych mieszaniną pumeksu i jeleniego rogu lekko zwilżoną, jest to jednak sposób trudny, ponieważ może się trochę proszku dostać do wnętrza instrumentu. Można umyć klawisze benzyną, wytrzeć i następnie przemywać wodą utlenioną, którą po kilku minutach zmyć wodą. O ile można klawiaturę wystawić na działanie słońca, wystarcza niekiedy posmarowanie klawiszy terpentyną prawdziwą i kilkudniowe działanie słonecznych promieni.

Pani E. Ł.

Niestety, próśb o podanie formy czy rysunku w „najbliższym numerze" nie jesteśmy, mimo najszczerszych chęci, w możności uwzględnić.

Wszelkie rysunki musimy mieć w robocie na miesiąc przed wyjściem numeru, niektóre, bardziej artystyczne jeszcze dłużej. Najpierw trzeba zamówić rysunek, potem kazać zrobić kliszę, a potem dopiero idzie robota do drukarni. Zawsze jednak za skromną opłatą nadeślemy każdy fason w ciągu kilku dni, według podanego wymiaru.

Pani Słonce.

Wszystkie sprawy dotyczące prenumeraty i książeczek skierowałam do administracji i mam nadzieję, że się wszystko teraz ku zadowoleniu Pani wyjaśni. Co się tyczy braku odpowiedzi, to w nr. 18 była i to nawet obszerna, dziwię się, że jej Pani nie znalazła. Str. 20.

Plamy na twarzy, które wystąpiły w okresie ciąży i teraz nie schodzą, są zazwyczaj w ścisłym związku ze sprawami wewnętrznemi, dlatego byłoby najlepiej poradzić się lekarza i zwrócić uwagę na to, czy niema jakich, lekkich chociażby, zaburzeń kobiecych. Żadne kremy nie pomogą. Rozjaśnić trochę można przemywaniem wodą utlenioną, łyżka stołowa na pół szklanki wody, ale uważać, żeby nie nabawić się jasnych plam i nie podrażnić skóry. Jeżeli plamy nie są pochodzenia wewnętrznego, a rodzajem grzybka, dość rozpowszechnionego, niech je Pani zmywa wodą, do której na pół szklanki wsypie pani czubatą łyżeczkę boraksu oczyszczonego i wleje kieliszek spirytusu. Tym płynem mocno ścierać plamy. Jeśli to grzybica, zejdzie w ciągu kilku dni.

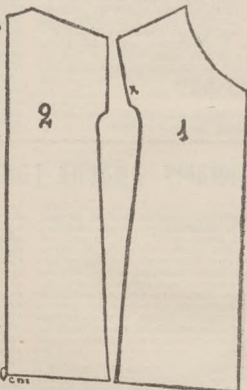
(Dalszy ciąg na str. 19-tej.)

Objaśnie do tablicy kroju. Praktyczna Pani №21.

Szlafrok.

materjał szer. 90cm.
potrzeba 4m. 50cm.

1. przód szlafroka
2. tył »
3. rękaw
4. pasek.

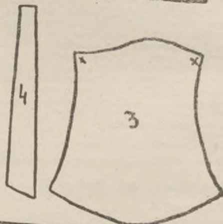


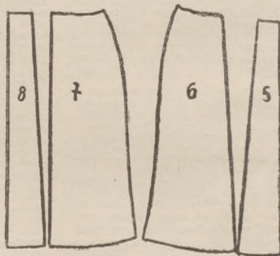
-o-o-o-o-o-

Spódnica dla tęższej pani.

Materjału potrzeba na 1m 40cm
1⅛ bryty, zależnie od długości.

5-6 przód spódnicy
7-8 tył »





Dalszy ciąg Odp. Redakcji.

P. Wytrwałej.

Owszem, artykuł o hodowli królików podamy, tymczasem zaznaczam, że w roku zeszłym w nr. 2, 5 i 12 były już dawane.

P. Samotnej z bezludnej wyspy.

Formy i wzory podamy, niestety nie prędzej, jak za miesiąc, o ile sprawa pilna za nadesłaniem zł. 1.50, zrobimy formę według każdego fasonu, naszkicowanego byle jak przez Sz. Panią.

Z Panią „Kresowianką" chce nawiązać kontakt p. Łodzia Wyganowska, Konstancin, p. Skolimów, willa Hugonówka.

P. Margerita.

Zaczęliśmy właśnie cykl artykułów o kompotach i konserwach, które zupełnie wystarczą. Gdyby chodziło o bardzo obszerne traktowanie przedmiotu z uwzględnieniem produkcji handlowej, na większą skalę z aparatami, to znajdzie je Pani w Encyklopedji Gospodarstwa Wiejskiego, Księgarnia rolnicza w Warszawie. Przetwory owocowe, książeczka numer 68, warzywne 81. Książeczki bardzo dobre ale dosyć stosunkowo drogie. Sprowadzi je Pani we Lwowie każda księgarnia.

W sprawie monogramów.

Wszystkim Czytelniczkom i Czytelnikom, proszącym o monogramy, donosimy, że prośby ich będą załatwiane w możliwie najkrótszym czasie.

P. Prenumeratorka.

Można mieć dziecko w takim wieku, naturalnie dobrzeby było dać się zbadać ogólnie, dużo tu bowiem znaczy budowa, stan zdrowia, tusza i t. p. Lekarz może zalecić spacery, kąpiele, czy przeciwnie, zależy co w danym razie będzie wskazane, zasadniczo można przejść ten stan i poród zupełnie normalnie, widziałam już takie rzeczy niejednokrotnie, ale powtarzam, czujność trzeba zachować i tylko lekarz - ginekolog może stwierdzić, czy wszystko jest w porządku.

Do szanownych Pań Prenumeratorek od Wydawnictwa

1. Od pewnego czasu załączamy do egzemplarzy naszych czasopism *białe przekazy rozrachunkowe* bądź luzem, bądź włączone do treści i przeznaczone do wycięcia. Uprzejmie prosimy o korzystanie z nich przy przesyłaniu do nas należności. Zwracamy uwagę, że posiłkowanie się temi przekazami nie pociąga za sobą *żadnych kosztów* dla prenumeratorek.

2. Przy wypełnianiu przekazów prosimy o *czytelne* podawanie imienia, nazwiska i adresu oraz o wymienienie na odwrocie, *na jaki cel* pieniądze są przysyłane — prenumerata, broszury i książki, ogłoszenia i t. p.

3. Ponieważ należność otrzymujemy po 3 — 5 dniach, to mimo, że ekspedycję wykonywamy natychmiast, prenumeratorzy mogą otrzymać zamówione broszury, książki, czasopisma dopiero po 7 dniach. W interesie naszych Prenumeratorek leży zatem *wczesne przekazywanie należności*.

4. Przy komunikowaniu nam *o zmianie adresu* prosimy podawać obok adresu nowego także i adres dotychczasowy, gdyż spis prenumeratorów prowadzony jest nie według nazwisk lecz według miejscowości (poczt).

Najciekawsze audycje Polskiego Radja w Warszawie od dn. 24V.-30V.36r.

NIEDZIELA 24.V.

9.00 — Audycja poranna
10.10 — Transmisja nabożeństwa z Jasnej Góry w Częstochowie
12.15 — Poranek muzyczny
14.20 — Muzyka salonowa (płyty)
15.00 — Godzina rolnika
16.00 — „Dzieci — Matkom" (aud. z okazji „Dnia Matki" ze wszystkich rozgł.)
17.15 — Słuchowisko oryginalne p. t. „Nikotyna"
18.00 — Podwieczorek przy mikrofonie — transmisja z hotelu Bristol
20.00 — Koncert solistów węgierskich
21.30 — Podróżujmy — „Miasto o dwóch obliczach" — feljeton
22.00 — Koncert wieczorny w wyk. Wielkiej Ork. Symf. P. R.
23.05 — Muzyka taneczna

PONIEDZIAŁEK 25.V.

6.30 — Audycja poranna
12.25 — Muzyka salonowa
16.30 — Recital wiolonczelowy Tadeusza Kowalskiego
17.00 — „Kobiety zasłużone" — „Dr. Justyna Budzińska - Tylicka" — pogadanka
17.20 — Muzyka lekka
18.00 — Utwory fortepianowe Franciszka Liszta w wyk. K. Czarniawskiego
20.00 — Audycja strzelecka „Odprawa" — Andrzeja Czyżowskiego
20.30 — Franciszek Schubert: Trio op. 100 cz. II i III. (Allgeretto i Scherzo)
21.00 — Muzyka operetkowa w wyk. Małej Ork. P. R.
21.30 — Wieczór literacki poświęcony Henrykowi Rzewuskiemu
22.00 — „Łucja z Lammermoor'u" — opera w 3 aktach
23.05 — „Wieczorem tańczymy" — muzyka z płyt

WTOREK 26.V.

6.30 — Audycja poranna
12.15 — Audycja dla szkół (dla dzieci młodszych)
12.30 — Fantazje operowe (płyty)
15.30 — Trio salonowe Polskiego Radja
16.15 — Utwory Henryka Wieniawskiego w różnych interpretacjach (płyty)
17.00 — „Skarby Polski" — „Architektura nowoczesna w Polsce" — odczyt
17.15 — Recital fortepianowy Sigridy Schneevcigt
17.55 — Muzyka taneczna i Tadeusz Faliszewski (piosenki)
18.30 — „Satyryk Warszawy przedwojennej" — szkic literacki
19.45 — Pogadanka aktualna
20.10 — Koncert symfoniczny (z Poznania)
22.30 — Piosenki w wykonaniu Chóru Dana
23.05 — „Jak za dawnych lat" — muzyka taneczna (płyty)

ŚRODA 27.V.

6.30 — Audycja poranna
12.15 — „Dieta przy chorobach przewodu pokarmowego" — pogadanka
12.30 — Koncert w wykonaniu zespołu Tadeusza Seredyńskiego (ze Lwowa)
15.30 — Muzyka lekka (płyty)
16.00 — „Pieśni kurpiowskie" — w wyk. uczenic i uczniów Szk. Powszech. Nr. I w Ostrołęce (audycja dla dzieci)
16.20 — Recital śpiewaczy Wandy Kalenkiewicz
17.00 — „Dyskutujmy" — „O niedomaganiach organizacyj społecznych"
17.20 — „1000 taktów muzyki" — wykona zespół Stefana Rachonia
18.00 — Koncert kameralny w wykonaniu Kwartetu Polskiego
19.25 — „Pożyczka" — Feljeton prawno-społeczny
20.00 — Muzyka salonowa (płyty)
21.00 — Rumuński koncert europejski (transmisja z Bukaresztu)
22.25 — Muzyka taneczna w wyk. Małej Orkiestry P. R. z udziałem „Trójki Radj."

Apel do Pań Prenumeratorek

Zwracamy się do wszystkich Sz. Pań Prenumeratorek, które zalegają z opłatą prenumeraty, by zechciały w najkrótszym czasie nadesłać należność stosownie do imiennych upomnień wysłanych w miesiącu maju.

Również i te Sz. Panie Prenumeratorki, które upomnień imiennych nie otrzymały, a zalegają z opłatą, prosimy o jaknajrychlejsze uregulowanie należności.

Pragnąc uniknąć na przyszłość zbyt dużych kosztów wysyłania imiennych upomnień, prosimy o opłacanie prenumeraty zgóry i niezmuszanie nas do przerywania wysyłki, czego w interesie Sz. Pań chcielibyśmy bardzo uniknąć.

CZWARTEK 28.V.

6.30 — Audycja poranna
12.15 — Poranek muzyczny dla młodzieży szkół powszechnych
15.30 — Koncert orkiestry salonowej F. Rabaego (z Poznania)
16.15 — „Harfa instrumentem solowym i w zespole" (płyty)
17.15 — „Na zielonej łączce" — orkiestra kameralna pod dyr. A. Hermana
18.10 — Recital śpiewaczy Eugenjusza Stebelskiego
20.00 — „W sklepie „Ha-ha-ha" — audycja muzyczna J. Tota i A. Fleischera
21.00 — Premjera słuchowiska p. t. „Corleone"
22.00 — „Leipziger Pfeiferstuhl" — z repertuaru dawnych kapell miejskich w wykonaniu orkiestry lipskiego „Gewandhaus'u"
22.25 — Koncert rozrywkowy (płyty)
23.05 — Muzyka taneczna

PIĄTEK 29.V.

6.30 — Audycja poranna
12.15 — Audycja dla szkół
12.40 — Muzyka salonowa w wykonaniu H. Adamskiej Grosmanowej
15.30 — Koncert orkiestry dętej 36 p. p.
16.45 — „Łamigłówki"
17.00 — „Skarby Polski": „Język polski" — odczyt
17.15 — „Minuta poezji"
17.20 — Koncert kameralny
18.00 — Neapol — śpiewające miasto (płyty)
19.45 — „Joachim Lelewel" — (75 roczn. śmierci) — Artur Śliwiński
20.00 — Koncert symfoniczny w wyk. Orkiestry P. R.
22.50 — Muzyka taneczna z kawiarni „Cafe - -Club"

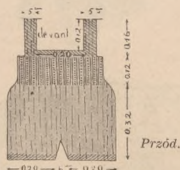
SOBOTA 30.V.

6.30 — Audycja poranna
12.25 — Koncert Orkiestry Kameralnej
14.30 — Zespoły operowe (płyty)
15.30 — Zespół salonowy Niny Mańskiej
16.15 — Słuchowisko dla dzieci
17.00 — Koncert solistów
17.40 — „Mówimy o prowincji" — „Kartel strzech"
18.00 — Transmisja nabożeństwa Majowego z Ostrej Bramy w Wilnie
20.00 — Muzyka lekka w wykonaniu Małej Orkiestry P. R.
21.00 — Audycja dla Polaków zagranicą „Zielone Świątki"
23.05 — Muzyka taneczna (płyty)

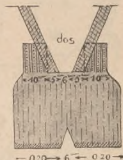
TRYKOT KĄPIELOWY

Materjał: 200 g wełny o 5-ciu nitkach. Druty 3 mm średn.

Ściegi: Rowki 3 i 1, ścieg jersey, ścieg ryżowy.







Prowadzenie roboty. — *Przód:* Nabrać 20 cm ocz., robić rowkami 3 i 1 na wysok. 4-ch cm, potem przejść na śc. jersey, powiększając na początku drutu i po prawej jego stronie o 1-no ocz.; w każdym rzędzie po prawej stronie. Przerabiać 5 cm wysok. i odłożyć. Wziąć drugi drut zrobić w ten sam sposób drugą nogawicę i złączyć wszystkie ocz. na jeden drut i robić śc. jersey do 32 cm ogólnej wysok. W tem miejscu zaczyna się robić rowkami 3 i 1 na wysok. 12 cm. Zamknąć po 33 cm po prawej i lewej stronie rzędu, przerobić śc. ryżowym pozostałe 20 cm na wysok. 2-ch do 3-ch cm. Przerobić pierwsze 5 cm na drucie, zostawić pozostałe ocz. i robić na tej szerokości długość, pozwalającą połączyć talję z plecami. (Nie podajemy dokładnego rozmiaru, który jest zależny od objętości osoby). Zatrzymać ocz. na drucie i przejść do ocz., pozostawionych poprzednio. Zamknąć 20 cm ocz. i na pozostałych 5-ciu robić, jak poprzednią bretelkę.

Plecy. Tył majteczek robi się jak przód do rowków. Zrobić 10 cm rowków 3 i 1 szer. na 12 cm wysok. Zamknąć ocz. Zacząć na nowo u dołu rowków, zamknąć 16 cm środkowych, zakończyć 10 cm rowkami 3 i 1 na wysok 12 cm zamknąć ocz.

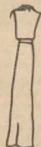
Wykończenie. — Zszyć boki od dołu nogawic do wysokości boków, zeszyć w kroku i umieścić bretelki w formie V na dekolcie pleców, jak to pokazuje rysunek niżej podany.



Szalik szydełkowy do kostjumów i bluzek. (Opis w tekscie).



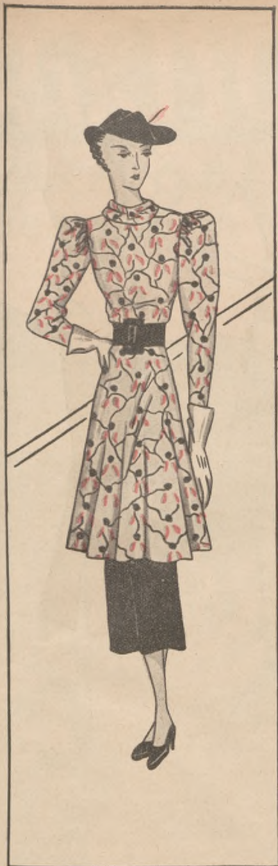


620 pp. Letni szlafrok ze sztucznego, deseniowego jedwabiu.

621 pp. Elegancki szlafrok haftowany na wzór japoński.

622 pp. Skromny szlafrok z woalu przybrany plisowanemi falbankami.









623 pp. Elegancki kasak z deseniowego jedwabiu.

524 pp. Plisowana bluzeczka z różowej żorżety.

625 pp. Jedwabna pelerynka do letnich i balowych sukien.

626 pp. Bluzeczka z crépe mat z kloszowym kołnierzem.



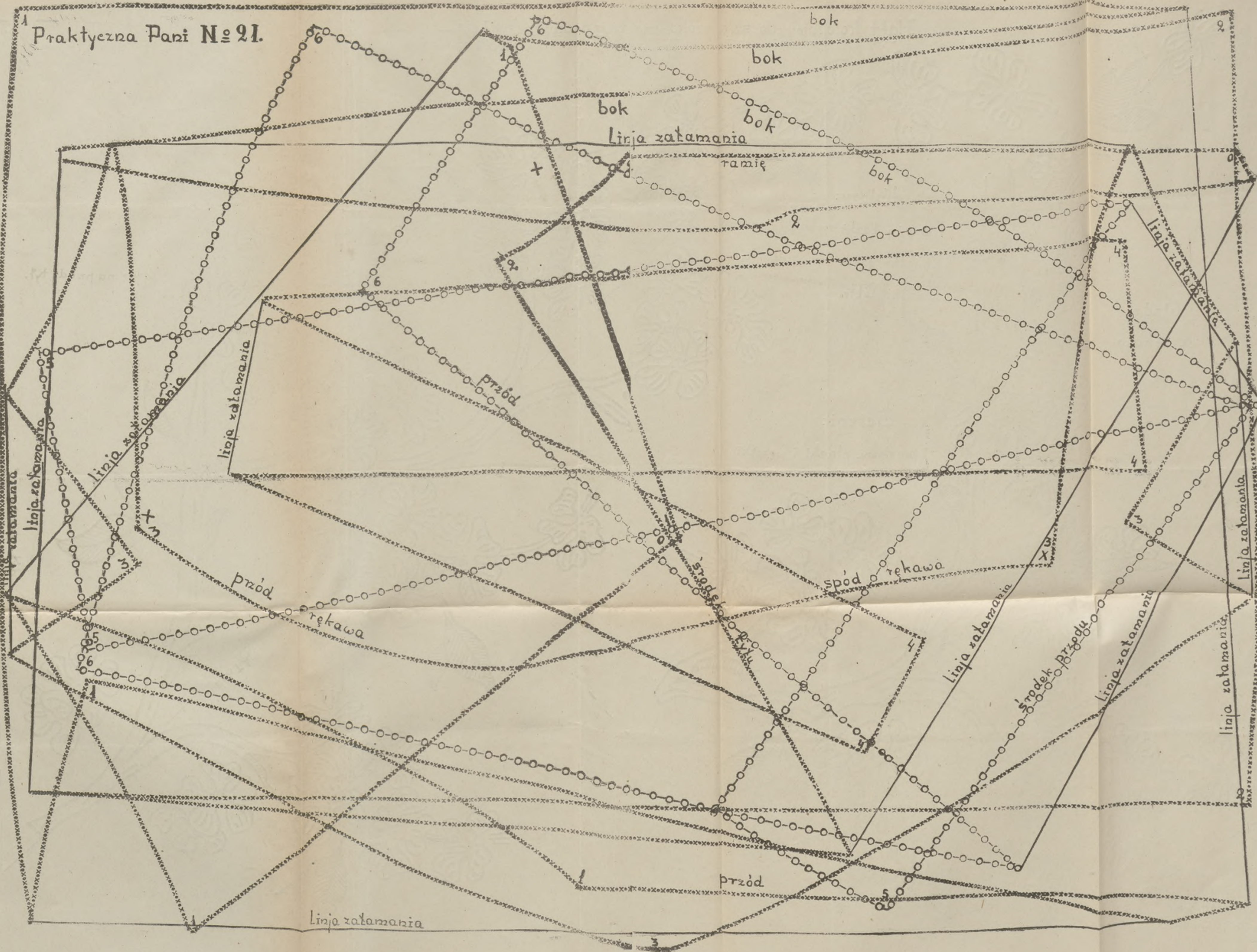
627 pp. Kostjum plażowy z białej piki.

628 pp. Kolorowy żakiecik żeglarski.

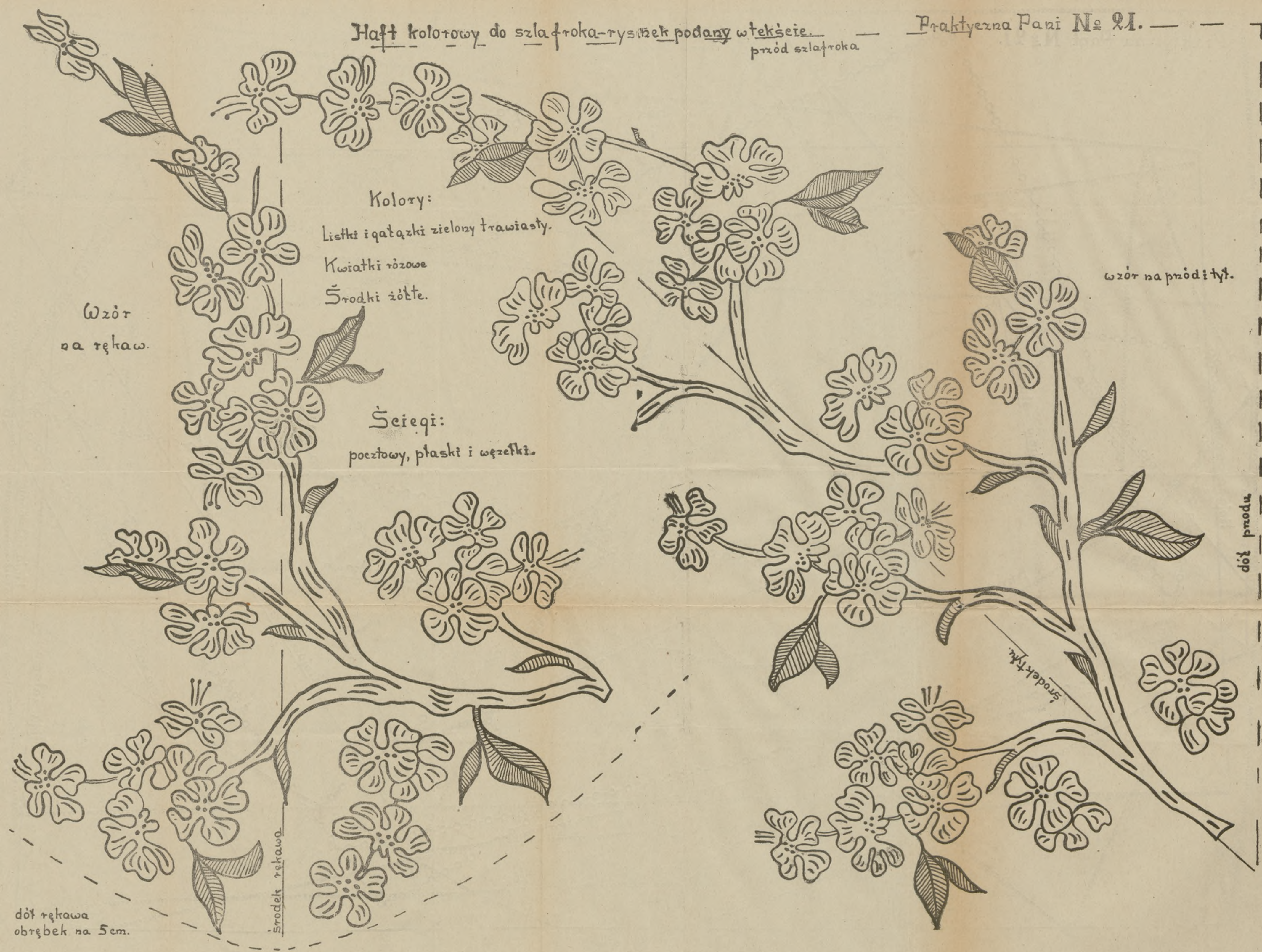
629 pp. Sukienka plażowa z płótna, spódniczka o podwójnem zastosowaniu, służyć może jako peleryna.

630 pp. Suknia plażowa z kolorowego płótna.

Redaktorka ANTONINA DEMBIŃSKA. Wydawca: Towarzystwo Wydawnicze „Bluszcz", Warszawa. Druk i Klisze w Zakł. Graficznych Towarzystwa Wydawniczego „Bluszcz", Warszawa, Solec 87.



Praktyczna Pani № 21.
bok
bok
bok
bok
Linja załamania
ramię
bok
przód
linja załamania
linja załamania
linja załamania
linja załamania
przód
rękawa
spód rękawa
środek tyłu
Linja załamania
środek przodu
Linja załamania
linja załamania
linja załamania
Linja załamania
przód
Linja załamania



Haft kolorowy do szlafroka—rysunek podany w tekście.
Praktyczna Pani № 21.
przód szlafroka
Kolory:
Listki i gałązki zielony trawiasty.
Kwiatki różowe
Środki żółte.
Wzór na rękaw.
Ściegi:
pocztowy, płaski i węzełki.
wzór na przód i tył.
dół przodu
środek tyłu
środek rękawa
dół rękawa
obrębek na 5cm.